

# Episodio 21 – Fomento de la Confianza en las Vacunas y Tratamiento de la Desinformación

Con Gretchen Schultz y Alex Michel

## MÁQUINA GENERADA POR GOOGLE TRANSLATE

Diane (00:00):

¿Qué es lo que realmente hace que la gente dude acerca de las vacunas? Lo descubriremos hoy en este episodio de Vax Matters.

Clay (00:15):

Hola a todos, y gracias por transmitir Vax Matters. Aquí con nosotros hoy están Gretchen Schultz y Alex Michel, investigadores asociados de la Escuela de Salud Pública Bloomberg de la Universidad John Hopkins. Ahora, su trabajo ha incluido la creación del curso Cómo hablar con los padres sobre las vacunas, sobre el cual aprenderemos un poco hoy. También nos ayudarán a comprender por qué muchos dudan tanto en recibir vacunas y cómo las percepciones sobre la vacuna COVID-19 pueden haber alentado ese sentimiento. Bienvenidos a ambos.

Gretchen (00:49):

Muchas gracias. Es un placer estar con todos ustedes hoy.

Diane (00:49):

Gracias damas. Y de nuevo, estamos tan, eh, tan honrados por su experiencia en el tema, y especialmente por hablar sobre el curso de cómo hablar con los padres sobre las vacunas. Todo se remonta a la confianza en las vacunas. Así que hablemos de eso al comenzar nuestro podcast de hoy. ¿Por qué es eso tan importante?

Alex (01:10):

Puedo... Puedo empezar con esto. Entonces, la confianza en las vacunas es cuando las personas se sienten seguras de que las vacunas hacen lo que se supone que deben hacer, ¿no? Por lo tanto, las vacunas evitan que nosotros y nuestras familias nos enfermemos. Y, ya sabes, la mayoría de las personas confían en las vacunas. Creen, ya sabes, que las vacunas evitan que nos enfermemos y por eso hemos eliminado la poliomielitis en tantos lugares del mundo. Pero, ya sabes, a veces las personas tienen preguntas o preocupaciones. A veces se trata de vacunas en general. A veces se trata de una vacuna en particular. Y cuando nosotros, como profesionales de la salud pública, realmente escuchamos y respondemos las preguntas de las personas, la mayoría de las personas se sentirán mucho más seguras de recibir una vacuna cuando tengan sus respuestas, ya saben, cuando tengan respuestas a sus preguntas.

Alex (01:57):

Y así, durante el ba, durante la pandemia, hemos visto dudas sobre las vacunas, en gran parte debido al miedo público y la incertidumbre en torno a este nuevo virus. Probablemente, lo más importante que debe saber sobre la confianza en las vacunas es que puede cambiar. Entonces, para muchas personas, incluso si tienen preguntas, en realidad solo están tratando de hacer lo mejor para ellos y sus familias. Entonces, si podemos darles la información que están buscando, ya saben, ¿cómo funcionan las vacunas? ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios que pueden

ser, ya sabes, tener algunas preocupaciones? Son las vacunas, ya sabes, ¿cuánto cuestan? ¿La vacuna COVID realmente será gratuita? Las personas pueden tener mucha más confianza, y eso es realmente importante porque, de nuevo, el objetivo principal de la confianza en las vacunas es, ya sabes, asegurarse de que las personas no se enfermen y que mantengamos a todos saludables.

Clay (02:46):

Es interesante lo rápido que la gente empieza a desconfiar de las vacunas cuando, eh, todos tuvimos un curso intensivo de virología cuando apareció el COVID-19 y...

Diane (02:57):

De hecho, lo hicimos, sí.

Clay (02:57):

... la gente tenía que leer sobre lo que esto iba a hacer y qué efectos secundarios existían y demás. Y luego la historia sobre la vacuna comenzó a crecer porque estábamos pensando: "Está bien, ¿qué hacemos al respecto?" Y la confianza está en el centro, creo, de la capacidad de las personas para ir al médico y decir: "Quiero la vacuna". ¿Puede hablar un poco sobre generar confianza y, y qué usa para establecer esa relación con alguien para saber que "¿Oye, es saludable y es inteligente ir y vacunarse"?

Gretchen (03:28):

Sí, creo que esa es una pregunta muy importante. Um, hemos visto a lo largo de los años tanto históricamente como actualmente que los profesionales médicos, doctores, enfermeras, etcétera, están a la vanguardia de la confianza. Um, todavía, uh, en general, um, realmente confiamos en la experiencia de nuestros médicos en términos de si recomiendan la vacuna o cualquier vacuna, ya sea la vacuna COVID, um, ya sabes, u otras, es realmente importante que lo promuevan. Y realmente son capaces, como decía Alex, de responder a esas preguntas.

Gretchen (04:04):

Creo que se ha saltado mucho a la desconfianza o al cuestionamiento de la eficacia o la seguridad de esta vacuna en particular porque se está desarrollando a medida que se desarrolla esta pandemia. Um, hemos estado aprendiendo mucho en tan poco tiempo, mientras que muchos de nosotros realmente no recordamos o realmente no aprendimos sobre el largo... (risas) proceso de desarrollar, como, la polio vacuna u otras vacunas. Simplemente confiamos en que era lo correcto porque nuestros médicos lo recomendaban.

Gretchen (04:37):

Y si bien eso es importante tenerlo en cuenta, también es importante que podamos educarnos a nosotros mismos, que los médicos puedan educar a sus pacientes y hablar sobre cuáles son las preguntas que pueden tener y cuáles son sus preocupaciones, para que que pueden sentirse mucho más seguros al vacunarse para ellos, sus hijos y otros miembros de la familia.

Diane (04:59):

Y ya sabes, como todos sabemos, solo vamos al médico nosotros mismos a lo largo de nuestra vida. Médicos o profesionales de la medicina. En general, todos ustedes tienen su propio idioma. Ya sabes, los profesionales médicos tienen su propio lenguaje, y para desglosarlo para que podamos entenderlo, y a veces, ya sabes, cuando no estás- no estás tratando de simplificar nada, pero

necesitamos entender. Y ese es realmente un desafío para todos ustedes también, asegurarse de que las personas entiendan y puedan tomar las mejores decisiones posibles, como mencionaron, para ustedes o para su familia.

Diane (05:34):

Así que tienes un curso, ¿es correcto? Sobre cómo hablar con los padres sobre las vacunas. Ese es un curso interesante en Johns Hopkins. ¿Cómo, cómo, por qué y cómo se creó eso?

Gretchen (05:48):

Sí, eso es muy importante. Has tocado dos puntos realmente importantes. Es uno, los profesionales médicos y los investigadores, creo, notoriamente no han sido buenos para comunicarse con el público en términos de que existe la suposición de que soy un experto, por lo que todos son expertos. Y puedo usar, ya sabes, jerga médica, u, um, otra... terminología más enrevesada que puede no ser, um, algo que la persona promedio sepa y entienda muy bien.

Gretchen (06:16):

Y eso es parte de la estrategia de comunicación, um, realmente hay que asegurarse de que podamos como profesionales, ya sean profesionales médicos, investigadores, um, etcétera, poder desglosar estos conceptos y estas inquietudes y responderlas a la audiencia no especializada que realmente comprendería y obtendría una comprensión completa de por qué esto es importante, cuáles son los efectos secundarios que pueden estar ocurriendo y cómo, um, cómo puedo ser parte de este crecimiento y mejora en- en la confianza de la vacuna?

Gretchen (06:49):

Um, pero el desarrollo real de este curso se debió a que muchos padres dudaban mucho, ya que la vacuna COVID, no solo para ellos, dudaban. Pero también, pudimos vacunar a los niños, um, en ese rango de edad de cinco a 11 años, los padres dudaban mucho en hacerlo. Um, entonces pensamos, vamos a armar algo, um, en el que no solo podamos ayudar a educar y responder preguntas que las personas puedan tener, el público en general pueda tener sobre las vacunas COVID.

Gretchen (07:23):

Um, pero también poder compartir realmente esas sólidas técnicas de comunicación, poder hablar, no solo con otros padres, aunque ese fue realmente el ímpetu para esto, sino también con el público en general. A lo largo de este curso, hemos visto que los padres están compartiendo algunos de los videos con sus hijos para que puedan entender y sentirse más seguros acerca de recibir la vacuna. O compartirlo con, ya sabes, los abuelos.

Gretchen (07:46):

Y eso es, así es definitivamente, originalmente lo orientamos hacia los padres, teniendo comunicación con otros padres, um, en el día a día. Pero en realidad es mucho más grande que eso, y estas, um, estas estrategias de comunicación son mucho más aplicables que un simple contacto de padre a padre.

Diane (08:05):

Y no es solo COVID-19, ¿correcto? Se trata de todos los ámbitos para todas las vacunas.

Alex (08:10):

Um, nuestra capacitación se centra realmente en las vacunas contra el COVID-19 porque recibimos muchas preguntas al respecto. Y sabes, una de las cosas que creo que es realmente importante también, ya sabes, al pensar en cómo respondemos las preguntas de las personas, ya sabes, realmente de buena fe. Y creo que los padres son realmente buenos para hablar con otros padres. Entonces, realmente queríamos hacer algo para ellos, para que, ya sabes, pudieran ir a un lugar, sentirse realmente seguros de que toda la información es creíble y, um, verdadera. Sabes que no se dejan engañar por información errónea, o información falsa o algo por el estilo.

Alex (08:50):

Y eso desglosa las cosas de manera muy concisa, solo para llegar a las respuestas que la gente está buscando. Así que armamos este curso, y un gran agradecimiento, um, a los padres y maestros que, ya saben, formaron parte de un consejo asesor con nosotros. Y realmente nos guió a través de, um, algunas de las preocupaciones y preguntas que tenían ellos y algunos de sus amigos. Uh, así que trabajamos con un grupo de padres y maestros de todo el país para realmente tratar de entender, ya sabes, cómo hacerlo más fácil para ellos.

Alex (09:24):

Porque ser padre, y/o a menudo el caso, los maestros a menudo también son padres, fue realmente difícil. Sabes, fue realmente difícil para ellos averiguar las respuestas a algunas de estas preguntas. Y los padres solo están tratando de hacer lo mejor que pueden. Ya sabes, quieren proteger a sus familias. Quieren tomar las mejores decisiones para sus hijos. Y ya sabes, muchos padres tienen un pediatra o alguien con quien pueden hablar que es un profesional médico.

Alex (09:49):

Pero muchas personas tampoco necesariamente tienen un pediatra o un proveedor de atención médica habitual al que sientan que realmente puedan acudir en busca de respuestas para algunos de estos problemas. Um, solo queríamos facilitar que las personas obtuvieran las respuestas que ya estaban buscando. Y nuevamente, muchas gracias a los padres y maestros que nos ayudaron a organizar esta capacitación y realmente, ya sabes, se sentaron con nosotros durante varias horas y nos guiaron, ya sabes, lo que les importa, y más o menos, qué, ya sabes, qué preocupaciones y preguntas han tenido en el transcurso de esta pandemia.

Clay (10:27):

Así que debo entender que después de que alguien ha tomado su curso, se le considera un embajador. Y luego, desde ese punto, pueden, en sus hogares y en su comunidad, impactar la forma en que las personas entienden las vacunas. ¿Cómo, cómo, cómo se hace eso?

Gretchen (10:42):

Sí, esa es una gran pregunta. Entonces, sí, tiene toda la razón, esta capacitación es, es, idealmente para ayudar a promover la idea de una vacuna embajadora, este conocimiento fundamental y comprensión no solo de cómo se desarrolló la vacuna, um, sino más o menos los antecedentes de cómo funcionan nuestros cuerpos y la inmunología. Y, um, el desarrollo y la seguridad y los efectos secundarios de la vacuna COVID-19, específicamente, pero también más ampliamente, um, estrategias de comunicación para tener estas conversaciones realmente difíciles, um, y a veces tensas.

Gretchen (11:18):

Um, y entonces, con esta capacitación, estamos promoviendo que las personas se sientan seguras de poder promover información precisa, ya sea en una conversación cara a cara, um, o si pueden, tenemos muchos esto es accesible y se puede compartir en línea. Um, sé que varias de las personas de nuestro, um, de nuestro equipo realmente compartieron muchos de los videos que eran realmente simples, videos explicativos de uno o dos minutos sobre varios temas. Um, y eso también puede ser una manera realmente excelente y fácil para que las personas obtengan información precisa y veraz.

Gretchen (11:57):

Um, ya sabes, no solo en su contacto correcto, sino también a las personas que pueden seguir en Facebook o en otras plataformas de redes sociales, um, y eso puede ayudar a promover, nuevamente, una mayor educación y una mayor base para sentir, um, confianza en las vacunas, especialmente porque estamos mirando, um, vacunando, um, niños y- y aquellos que son aún más jóvenes.

Diane (12:21):

Alex, ¿puedes desglosar los detalles de este curso? Sabes, qué... Sé que tomó un buen, largo tiempo, como ambos dijisteis. Y obtuviste muchos aportes valiosos. Pero qué... cuando hablas del curso, y ya sabes, fragmentos breves y respuestas, y fáciles de entender, viñetas y videos, ¿qué es específicamente el curso y cómo funciona?

Alex (12:47):

Sí, entonces, nuestro... nuestro entrenamiento, nuestro curso está alojado en un sitio web llamado Coursera, y es gratis. Y puedes tomar cursos sobre casi cualquier cosa en Coursera. Um, entonces funcionará en tu teléfono. Funcionará en una computadora. Y básicamente, creas una cuenta en el curso, así que irías a [www.coursera.org](http://www.coursera.org), o también puedes, ya sabes, Google, eh, capacitación de embajadores de vacunas para padres, y aparecerá. Y creas una cuenta, y eso te permite pasar y completar algunos de estos diferentes, um, módulos. Y nuevamente, este fue un consejo que recibimos de los padres y maestros, y es que están cansados.

Diane (13:31):

Por cierto.

Alex (13:31):

No quieren ver una conferencia de una hora.

Diane (13:35):

Sí, sí.

Alex (13:35):

Así que-

Diane (13:35):

No hay tiempo.

Alex (13:36):

Nosotros... No hay tiempo. Así que tratamos de mantener las cosas, ya sabes, divertidas y cortas. Y entonces la gente estaba realmente, como, ya sabes, ¿puedes, uno, mantener las cosas realmente al grano y ser breve, y simplemente responder a mi pregunta? Y luego dos, el curso también tiene, eh, cuestionarios. Entonces, si completa los cuestionarios y los aprueba, obtiene, ya sabe, un pequeño certificado de finalización. Pero también ayuda a las personas, ya sabes, a probarse a sí mismas para ser, ya sabes, creo que entiendo, ya sabes, inmunología básica. Quiero decir, cuando estaba en la escuela secundaria, creo que ni siquiera aprendimos cómo funcionan las vacunas.

Alex (14:12):

Entonces, ya sabes, creo que mucha gente ha estado realmente interesada en aprender, uno, algo de la ciencia básica de, ya sabes, ¿cómo funciona el sistema inmunitario? ¿Cómo funcionan las vacunas? ¿Cuál es el proceso de aprobación de las vacunas? Pero también, muchas de estas otras preguntas son realmente importantes. Entonces, ya sabes, Gretchen mencionó la comunicación interpersonal. Así que esa es nuestra jerga científica para eso. Pero es que, ya sabes, estás en la práctica de fútbol. Estás recogiendo a los niños y alguien te pregunta: "¿Estás pensando en vacunar a tu hijo? ¿Estás- estás- en qué- en qué estás pensando?" Y esa es una oportunidad para que las personas sean un recurso para los otros padres, o simplemente para otras personas en su comunidad, para tratar de ayudar a responder algunas de estas preguntas realmente básicas que mucha gente tiene.

Alex (15:00):

Um, y esto es cierto para muchas cosas también. Ya sabes, no solo las vacunas COVID. Entonces, el curso cubre algunos de estos, ya sabes, algunas de las investigaciones sobre cómo tener conversaciones con personas sobre ciencia. Así que hay todo un cuerpo de investigación sobre la ciencia de la comunicación científica. Y esto se demuestra una y otra y otra vez, simplemente darle a la gente los hechos no es suficiente. Para tener conversaciones significativas, también debemos escuchar realmente a las personas y debemos responder a sus preguntas con un sentido de confianza y empatía junto con los hechos.

Alex (15:37):

Y creo que los padres y los maestros son, ya sabes, intuitivamente muy buenos para hacer eso porque están en ese bote. Ya sabes, están tratando de averiguar qué es lo mejor. Y están viendo esta información, y están tratando de evaluar, ya sabes, qué tiene sentido para su familia. Entonces lo entienden. Así que creo que es realmente una gran oportunidad para que las personas se ayuden entre sí para clasificar toda esta información que existe y tomar algunas de estas decisiones que, para algunas personas, es una decisión realmente difícil.

Diane (16:10):

Y sabes, me gusta cuando dijiste que hay un cuestionario al final de cada pequeño minisegmento. Porque sabes, cuando hablamos de desinformación, a veces la gente piensa: "Oh, lo sé. Lo sé". Bueno, respondes una prueba y, ooh, aciertas el botón equivocado y no sabes. Y así te enteras de que no, eso no es cierto. O entendí mal algo. Y quiero decir, es una gratificación inmediata cuando respondes tu prueba. O lo apruebas o no lo apruebas, o sabes de inmediato que tienes la respuesta correcta o incorrecta. Así que es una herramienta perfecta también para padres y profesores.

Diane (16:46):

Y de nuevo, estos son rápidos. Estas son pequeñas viñetas. Así que no toma mucho tiempo. Felicitaciones por hacer esto. ¿Cuál ha sido la respuesta de la gente hasta ahora?

Gretchen (16:57):

Gracias, entonces, sí. Ha sido abrumadoramente positivo. Um, realmente... promovimos esto y publicamos esta capacitación en enero, um, y realmente acaba de despegar. Um, y abrumadoramente, padres, maestros, otras personas en el público, no solo en nuestro propio país sino en otros países, han recibido esta capacitación [inaudible 00:17:23]-

Diane (17:23):

¿En serio?

Gretchen (17:24):

... y lo he encontrado muy, muy educativo.

Diane (17:26):

Guau.

Gretchen (17:26):

Um, realmente sucinto. Una de las mejores cosas de esto es que te puede llevar entre una hora y 90 minutos, y eso es todo. Um, y puedes concentrarte realmente en cuáles son las respuestas que necesitas. ¿Y cuáles son las cosas que desea averiguar y aprender más y concentrarse en eso? Um, más concretamente, si no tienes muchas ganas de hacer el curso completo, aunque te lo recomendamos... (Risas)

Diane (17:49):

(risas)

Gretchen (17:50):

Que todos hagan el curso completo. Um, pero ha sido, um, absolutamente asombroso cuántas personas han respondido tan positivamente. Um, en general, tenemos, um, más de 25,000 personas actualmente inscritas, y hemos tenido-

Diane (18:06):

¿Cuanto? 25.000.

Gretchen (18:07):

25.000.

Diane (18:09):

Oh Dios mío.

Gretchen (18:11):

lo ha sido, y hemos recibido respuestas de personas tan lejanas como Filipinas e India, y, por lo tanto, no se trata solo de personas en nuestro propio patio trasero, sino que todos quieren más de esta información.

Diane (18:24):

Así que está funcionando.

Gretchen (18:24):

Um-

Diane (18:25):

Definitivamente está funcionando, entonces.

Gretchen (18:26):

Lo es, nosotros... Así que tenemos alrededor de 12.000 personas que ya han completado el curso desde enero, y como dije, 20- casi 26.000 personas que actualmente están inscritas en el curso.

Clay (18:37):

Creo que esto es... Yo- Yo- Yo- Quiero pedir- para la gente, porque eso es fantástico. 12.000 que han terminado, 25.000 matriculados?

Gretchen (18:45):

Sí.

Clay (18:46):

Guau. Así que sé que va a plantear una pregunta obvia para alguien que te escucha ahora. Si alguien quiere participar en este curso, ¿qué hace? Sé que fue... Creo que Alex lo mencionó antes, pero ¿qué haces?

Gretchen (18:59):

Sí, entonces puede ir fácilmente a Coursera.org, o como mencionó Alex, puede buscar fácilmente en Google la capacitación de embajadores de vacunas COVID, cómo hablar con los padres, y aparecerá. Y hará clic en ese enlace. Creará un tipo de perfil realmente simple, um, fácil con su correo electrónico y una contraseña, solo para configurarlo usted mismo. Y luego tienes acceso completo e ilimitado a los módulos que tenemos, toda la información. También tenemos recursos adicionales para cada uno de los módulos si las personas quieren aprender más sobre un tema específico.

Gretchen (19:33):

Eso realmente era un poco más de información que necesariamente queríamos o necesitábamos compartir. Con esto, hay una página de recursos adicional que tiene todo, enlaces a más videos. Um, lecturas adicionales, etcétera. Si la gente quiere aprender primero, por ejemplo, un poco más sobre el proceso de aprobación de la vacuna, o más sobre la comunicación de la vacuna, etcétera, también hay recursos adicionales.

Clay (19:59):

Entonces, ya sabes, uno-

Alex (20:00):

Y-

Clay (20:01):

Adelante, lo siento, Alex.

Alex (20:02):

Oh sí. También, debido al éxito del curso, recientemente, se tradujo al español. Entonces, si alguien está interesado en tomar el curso, um, y usted habla español, también está disponible en Coursera.org. Entonces, si está buscando recursos en español, eh, esa también es otra forma de tomar este curso o completar esta capacitación.

Diane (20:32):

¿Ves en el futuro, debido a lo popular que es esto ahora, lo bien recibido, ves hacer más? Agregando más a lo que ya tenía, en cuanto a su programa, en cuanto a tomar este curso.

Alex (20:47):

Si absolutamente. Ya sabes, un grupo de personas que ha estado realmente interesado en algunos recursos adicionales son en realidad, ya sabes, personas que son trabajadores de la salud. Porque sabes, por lo general no reciben capacitación como parte de su educación sobre qué hacer si alguien viene a ti y ha visto información errónea, o cómo tienes conversaciones a veces cuando, ya sabes, las personas tienen algo de estas preocupaciones. Y, de hecho, hemos estado, eh, trabajando con profesionales de la salud para desarrollar algunos recursos para ellos, eh, para ayudarlos a tener algunas de estas conversaciones.

Alex (21:25):

Y, de nuevo, también para ayudarlos a ser embajadores, no solo con sus propios pacientes, o en su propia práctica, sino también, ya sabes, en las redes sociales. Para que puedan tener algunas de las habilidades para, ¿qué haces si ves, ya sabes, alguien que es tu amigo en Facebook o que está en un grupo de Facebook contigo comparte información errónea? ¿Cómo puedes, um, intervenir de una manera que sea útil, y no solo, ya sabes, va a causar una discusión o causar desacuerdos? ¿Sabes?

Alex (21:57):

Entonces, eh, otra área en la que hemos estado realmente interesados, y hemos obtenido muchas respuestas realmente positivas de su curso, es que tenemos una sección sobre información errónea. Y eso se aplica, ya sabes, en general. Entonces, en realidad, nuestros ejemplos son sobre vacunas en nuestra capacitación, pero gran parte de esta investigación sobre información errónea se aplica a muchos tipos diferentes de información errónea.

Alex (22:23):

Entonces, en lugar de alentar a las personas a actuar como verificadores de datos, alentamos a los embajadores, y esto es lo que realmente cubre esa sección del curso, para aprender, ya sabes, ¿cómo se propaga la información errónea? ¿Cuáles son algunos de estos tipos de estrategias furtivas que se usan para, um, ya sabes, hacer que las personas hagan clic en cosas que no son

necesariamente ciertas? Para que las personas, una, sepa cómo detectar información errónea, y luego dos, puedan explicar esto a algunos de sus amigos, sus familias, las personas con las que trabajan, y eso puede, como, realmente, realmente ayudar a detener la difusión de la información.

Alex (23:06):

Es una de las, ya sabes, creo que una de las cosas realmente importantes de esta capacitación es que realmente puedes marcar la diferencia. Puede sentirse muy abrumador porque, ya sabes, hay información errónea en todas las redes sociales. Pero cuando alguien en quien confías, a quien conoces en la vida real, agrega un comentario que dice, ya sabes, esto es información errónea. Esta es la información verdadera, la gente la ve y puede marcar una gran diferencia.

Alex (23:31):

Entonces, realmente queremos capacitar a las personas para que entiendan cómo verificar los hechos y cómo detectar información errónea, pero también queremos que las personas obtengan algunos de los conocimientos y habilidades, y, como, las cosas que ellos realmente puede hacer para marcar una gran diferencia en este tema.

Clay (23:48):

Una de las cosas que... sé que quieres que hagan los embajadores, como acabas de decir, quieres que proporcionen la información correcta. Sin embargo, es... es tan difícil porque si alguien tiene mejor información por haber pasado por tu clase, existe todo este escepticismo, ahora, y las redes sociales han fomentado el escepticismo agresivo, solo por el escepticismo. ¿Cuáles son algunos consejos que le das a las personas para ayudarlas a comunicar de manera efectiva la verdad frente al mito?

Gretchen (24:17):

Sí, esa es una gran pregunta, y algo que sí repasamos, y como mencionó Alex, hay una gran cantidad de investigación sobre cómo combatir mejor la desinformación. Um, y realmente, se puede dividir en pasos realmente simples. Um, por lo que pasamos en el curso. Pero también, es realmente para afirmar el hecho, um, y luego seguir adelante y reforzar por qué, "Oye, lo que estás diciendo está un poco fuera de lugar o tal vez es información falsa por este motivo. Um, pero deja Continúe y explíquele los daños de difundir algo como esto también. Y luego permítame continuar y terminar reafirmando la verdad real, el hecho del asunto".

Gretchen (25:04):

Um, pero nuevamente, teniendo en cuenta que, um, desafortunadamente, discutir o simplemente estar en desacuerdo con alguien realmente no es una forma efectiva de ayudar a promover conversaciones efectivas, sino también un crecimiento y desarrollo efectivos en términos de promover información precisa. Si solo vamos a descartar algo, eso no necesariamente lo elimina de Internet. Eso no necesariamente involucra a alguien para que reconsidere lo que está publicando o vuelva a investigar lo que está publicando. Pero en realidad, exponer los hechos, enumerar por qué es dañino difundir lo que sea que no era cierto, y luego seguir adelante y hacerlo de una manera realmente compasiva, empática y amable, será mucho más efectivo, y la gente está Voy a recibir eso de una manera mucho más placentera, um, que simplemente decir: "Esto no es cierto". Y dejándolo así.

Alex (26:00):

Sí, entonces esto puede ser un poco contradictorio para algunas personas. Sé que, para los científicos y los investigadores, esto puede ser realmente difícil, pero no siempre quieres empezar con los hechos en este tipo de situaciones. Um, no quieres que la otra persona esté a la defensiva, y... y solo esté tratando de, ya sabes, discutir contigo. Quieres tener una conversación real con ellos, ¿verdad? Entonces, lo más importante que puedes hacer para tratar de tener una conversación real en la que realmente, ya sabes, quizás vayas a, como, expresar tu punto de vista, es que quieres escuchar, quieres escuchar lo que la otra persona tiene . decir, y quieres escuchar con respeto.

Alex (26:40):

No querrás ser desdenoso; no quieres estar a la defensiva. Quieres darle a la otra persona toda tu atención. Hágales saber lo que escucha lo que están diciendo, y luego querrá hacer preguntas abiertas que lo ayudarán a comprender realmente cuáles son sus preocupaciones. Y- y quieres hacer esto incluso si no estás de acuerdo.

Alex (26:58):

Entonces, una de las otras cosas que pueden ser realmente útiles en estas conversaciones es compartir tu propia experiencia. Eso puede ser realmente poder para generar confianza. Entonces, por ejemplo, con la nueva aprobación de las vacunas COVID para niños más pequeños, es posible que desee compartir algo como: "Hola, llevaré a mi hijo, Matt, a vacunarse el próximo martes. ¿Cuándo son ¿Te llevas a tu hijo?" Um, y si alguien, ya sabes, tiene información errónea, o no está seguro, tiene preguntas, ya sabes, realmente escúchalo y trata de tener una idea de, ya sabes, ¿son estas preocupaciones las que tal vez sienta que podría dirigirlos a información creíble que realmente podría ayudarlos a tomar una decisión informada.

Alex (27:41):

Y de nuevo, incluso si alguien, ya sabes, no está de acuerdo contigo, ellos... ellos... ya sabes, tienen una preocupación que se basa en información errónea. Ya sabes, algo así como las vacunas de ARNm podrían cambiar tu ADN. Um, vas a tener una conversación mejor y más significativa si respondes con empatía en lugar de simplemente responder con "Eso no es cierto". ¿Sabes? Entonces, um-

Diane (28:06):

Exacto, y ya sabes, realmente... Hay mucho que decir sobre el arte de la conversación. Porque la conversación es un arte. Y para escuchar, tienes esa cosa del lenguaje corporal. Sabes, puedes ver a alguien hacer una reverencia cada vez que dices algo con lo que no está de acuerdo, y se cierran. Y no importa, puedes hablar mal de ti mismo, no van a escuchar, no van a estar de acuerdo, van a irse. Y como dijiste, hablar con respeto, hablar con la verdad y no juzgar a las personas.

Clay (28:38):

Bueno, y-y para tu punto, esto es algo muy serio.

Diane (28:42):

Sí.

Clay (28:42):

Y es-es-es-es un tema muy intenso. Entonces, si no está usando habilidades interpersonales y está leyendo las palabras no verbales de alguien y comprende que es posible que no quiera vacunarse legítimamente debido a la información errónea basada en el miedo.

Diane (29:00):

Mm-hmm (afirmativo).

Clay (29:00):

... sin querer sobrevivir. Así que estás... estás tratando de derribar esos muros.

Diane (29:04):

Derecha.

Clay (29:04):

Y ese es un gran punto, Diane. ¿Qué tan difícil es, o es difícil para ti, hacer que la gente entienda ese aspecto de lo que te gustaría que hicieran? Para aprender a escuchar, para, como dijo Steven Covey, "buscar comprender, luego ser comprendido". ¿Cómo haces para que la gente entienda eso?

Gretchen (29:24):

Creo que esa es una clave realmente importante, yo, una de las cosas que realmente trato de promover, no solo a través de este curso, sino también en mi vida cotidiana, es solo la práctica. Realmente se trata de practicar. Um, cómo, ya sabes, si alguien viene a mí con información errónea, voy a tratar de descifrar cuál es realmente el componente subyacente aquí que los hace temerosos, haciéndolos desconfiar, um, mejor público pautas de salud, etcétera.

Gretchen (29:53):

Y luego, ese es el componente de escuchar, es, ya sabes, abrirse y decir: "Está bien, voy a escuchar sus preocupaciones, independientemente de que sea, ya sabes, información falsa o información ligeramente entrecortada (risas), et cetera, o información antigua. Voy a escuchar y realmente tratar de llegar a la base de por qué dudan".

Gretchen (30:12):

Um, y a partir de eso, puedo, um, utilizar estas herramientas interpersonales de escuchar con empatía, tener ese lenguaje corporal abierto, um, para seguir adelante y no solo compartir información diferente, información veraz, información científica, pero yo lo estoy haciendo de una manera en la que no los estoy bombardeando con hechos. No voy a lanzarles un montón de sitios web de los CDC y decirles: "Lean sobre esto". Les voy a dar, me gusta pensar en ello como plantar semillas. Cada una de estas conversaciones que tengo con alguien que puede dudar en vacunarse, estoy plantando una semilla.

Gretchen (30:49):

Y Alex puede venir más tarde, y puede plantar una muy, ya sabes, la misma semilla. Y como hay más de ese tipo de conversaciones, entonces podemos comenzar a abordar las preocupaciones realmente subyacentes que algunos de estos padres y personas tienen con esta información fáctica. Y eso puede abrirlos para comprender realmente y ser más abiertos y receptivos a la

información objetiva que luego puedo compartir, o pueden encontrar, eh, a través de recursos científicos.

Diane (31:21):

Entonces, ¿cuántas veces han escuchado, o la gente se les acerca y les dice: "Gracias, gracias, Dios los bendiga".

Clay (31:27):

(risas)

Diane (31:27):

Necesitábamos esto.

Clay (31:28):

Derecha.

Diane (31:28):

Estaba atrasado. Porque hay mucho por ahí en este momento, y poder tener esto, tener este curso.

Clay (31:36):

Derecha.

Diane (31:36):

Para sentirte bien con lo que estás haciendo.

Clay (31:38):

Sí.

Diane (31:39):

Como dijiste, padres hablando con padres y comenzando esto. ¿Cómo te hace sentir eso? Quiero decir, ustedes son los pioneros, son los líderes en esto. Gracias de nuevo.

Alex (31:49):

Sí, no, es súper emocionante. Y, ya sabes, no hicimos este curso solos. Una de nuestras colegas, la Dra. Rupali Limaye, creo que está hablando con entre 2000 y 3000 personas sobre las vacunas.

Diane (32:04):

Oh, vaya.

Alex (32:04):

Y entonces ella es como, eh, conocida como, como, la señora de las vacunas, ella en la piscina-

Diane (32:09):

(risas)

Alex (32:09):

... donde van sus hijos.

Diane (32:10):

Apuesto a que lo es. (risas)

Alex (32:12):

Sí, y entonces, ya sabes, se siente muy bien ayudar a marcar la diferencia para las personas, y simplemente asegurarte de que, ya sabes, haga las cosas un poco más fáciles, porque creo que los padres y los maestros He tenido, ya sabes, dos años muy duros. Y se siente muy bien para mí saber que hemos hecho esto, esto difícil, ya sabes, algo mucho más fácil para ellos. Y- y podemos ver eso en algunas de las respuestas que la gente tiene al curso. Entonces, si miras el curso en Coursera, tiene una calificación del 99%, ya sabes. Y tu puedes-

Diane (32:48):

Muy agradable. Sí.

Alex (32:49):

Y puede ver los comentarios de las personas que lo han tomado, y puede ver, ya sabe, la gente está agradecida, y ya sabe, la gente realmente, um, quiere aprender algo de esta información ellos mismos también.

Diane (33:04):

Al final del día, ha valido la pena todos esos... Estoy seguro de que las largas noches y todas las conversaciones y todas las preguntas que han tenido entre ustedes, con todo su equipo. ¿Añadimos esto? ¿Hacemos eso? ¿Es lo suficientemente simple? ¿Puede la gente entender eso? Así que todo viene junto. Finalmente todo se unió para todos ustedes.

Gretchen (33:22):

Absolutamente tiene. Y- y sí, solo- Espero hacerme eco de todos los que ayudaron, um, no solo a crear esto. Tenemos algunas, um, personas realmente increíbles que nos ayudan a crear videos y, um, reunir diferentes recursos que luego podemos extraer para crear estos módulos y estas lecciones. Y, um, fue realmente un esfuerzo de equipo, y ha sido increíble. Después de, um, probablemente la primera semana, teníamos cerca de 1,000 personas que ya estaban registradas para el curso.

Gretchen (33:52):

Y simplemente, creo que completamente, nos sacó del agua. Estábamos completamente sorprendidos de que tanta gente estuviera realmente emocionada y anhelando algo como esto. Um, esperábamos que fuera un éxito-

Diane (34:05):

(Risas) Sí.

Gretchen (34:05):

Pero realmente no sabíamos cuán receptivas y abiertas serían las personas para hacer una cosa más después de un largo día de trabajo. O, ya sabes, pasar un día completo con un aula de niños, ya sea en Zoom o en persona. Um, pero creo que realmente lo mantendré sucinto, breve y al grano. Y darle a la gente la información, um, que realmente querían. Um, eso fue en gran parte, eh, mostrado a nosotros por nuestros grupos asesores.

Gretchen (34:32):

Um, fue muy, muy útil en términos de qué, qué es, cuáles son las preguntas más importantes que escuchas en la práctica de fútbol. O, um, en, ya sabes, el patio de recreo de la escuela. ¿Qué, qué estamos escuchando y qué necesitamos para asegurarnos de que lo estamos abordando? Um, y eso fue muy, muy importante e impactante. Y creo que realmente se nota en la forma en que esto ha sido recibido.

Clay (34:54):

Guau. Entonces, para recapitular sobre esa parte particular de la discusión, comience su respuesta a la desinformación con: "No, idiota, eso no es cierto".

Diane (35:02):

(risas)

Clay (35:03):

No es la forma más efectiva-

Diane (35:04):

Probablemente no sea bueno. (risas)

Clay (35:05):

... para poner a alguien a tu lado en una discusión.

Gretchen (35:08):

Lamentablemente, eso hará que la gente [inaudible 00:35:08]-

Clay (35:08):

Si si si.

Gretchen (35:08):

... bastante a la defensiva. En lugar de abrir-

Clay (35:10):

(risas)

Gretchen (35:10):

... a- a aprender más, pero-

Diane (35:11):

Qué no hacer, Clay.

Clay (35:12):

Que lo que no se debe hacer, eso es correcto.

Alex (35:13):

Sí. (risas)

Clay (35:14):

Pero ya sabes, yo-yo-yo-me río y bromeo sobre eso, pero hay mucha información errónea por ahí, y quieres que la gente combata esa información errónea. Ya sabes, ¿cómo hacer eso? ¿Cuáles son algunas charlas de información sobre algunas formas en que las personas pueden combatir la información sobre COVID-19 que está flotando por ahí? Eso está en Internet, y en otros lugares.

Alex (35:33):

Sí, entonces, quiero decir, una de las cosas más fáciles que siento que a veces damos por sentado que la gente puede hacer es compartir información verdadera. Um, ya sabes, probablemente seas un recurso confiable en tu comunidad. Tus amigos y familiares van a, ya sabes, tener algo de confianza en, espero, tener algo de confianza en ti. Y la información que compartes, por lo que compartir información verdadera es importante.

Alex (35:57):

Um, la otra cosa que puede ser realmente importante es, um, ya sabes, como creo que Gretchen dijo antes, hay algunas formas que son más efectivas para desacreditar cuando las personas comparten, ya sabes, información que no es cierta... Y muchas veces, las personas no necesariamente se dan cuenta de que están compartiendo información que no es cierta.

Clay (36:19):

Derecha.

Alex (36:20):

¿Derecha? Como, ellos- ellos- ellos- ellos no están intencionalmente tratando de engañar a nadie. Y lo sé, puede que no parezca mucho, pero a veces poner un comentario, ya sabes, debajo de esa publicación que dice, esto es en realidad información errónea. Y- y analizamos esto en la capacitación, pero ya sabes, puedes tomar algunos pasos básicos de verificación de hechos. Entonces, ya sabes, ¿cuál es la fuente? ¿Esto viene de una fuente creíble? ¿Cuándo se publicó?

Alex (36:46):

Um, ¿incluye imágenes o videos que han sido manipulados de alguna manera? Um, dónde-dónde está-dónde-dónde-dónde está la evidencia que proviene de-de-de una historia. Um, de nuevo, suena como una cosa muy pequeña, pero solo hacer algunas de estas preguntas, ya sea en persona, o ya sabes, en línea en tus redes sociales puede hacer una gran diferencia, y- y, um, la gente suele decir: "Oh, sabes, no me di cuenta de eso. Sabes, esto- esto venía de algo de lo que nunca había oído hablar antes, o no me di cuenta de que esto no era- esto no era cierto."

Alex (37:26):

Y así, solo pasos como ese no solo ayudan a prevenir la propagación de información errónea. Solo, ya sabes, menos gente lo ve. Pero también realmente ayuda a educar a las personas sobre, ya sabes, algunos de estos buenos hábitos, sobre cómo verificar antes de compartir, para asegurarse de que algo parece que realmente es cierto, o que realmente proviene de una fuente creíble.

Gretchen (37:46):

Y solo para agregar ese nivel más interpersonal, cuando tienes estas conversaciones, nadie espera que alguien sea un experto en todos los asuntos, especialmente con alguien como una vacuna o inmunología, etcétera. Creo que una de las cosas más importantes es que cuando no sé una respuesta, seguiré adelante y haré todo lo posible para encontrar la respuesta. Y esa es una buena respuesta cuando alguien me hace una pregunta, y no sé los detalles exactos de lo que están preguntando, decir: "¿Sabes qué? No estoy exactamente seguro de cuál es la mejor respuesta". eso, pero voy a encontrar eso para ti".

Gretchen (38:22):

Y luego, felizmente, te enviaré eso y me aseguraré de que, como dice Alex, no voy a inventar o sacar algo de lo que escuché. Haré mi debida diligencia y me aseguraré de que lo que estoy compartiendo sea cierto, provenga de recursos científicos, etcétera.

Diane (38:40):

Y esa es la respuesta respetuosa también. No sé. Porque nosotros no lo sabemos todo. Y no quieres simplemente sacar algo del aire y luego tenerlo, ya sabes, como cuando eras un niño y jugabas a los chismes. Ya sabes, uno, ya sabes, un paso en falso, sigue y sigue y sigue y sigue. Para cuando llegue, ya sabes, otra familia, ¿quién sabe? Hemos creado un monstruo aquí. Pero eso, qué excelente, ya sabes, pensamiento para que la gente lo sepa. No tienes que saberlo todo.

Gretchen (39:06):

Absolutamente no. Yo- No esperaría que nadie fuera un experto absoluto en todos los asuntos. Um, pero es... es... quiero decir, lo maravilloso de estar en una época en la que la tecnología está al alcance de la mano.

Diane (39:20):

Mm-hmm (afirmativo).

Gretchen (39:21):

Um, podemos encontrar estas respuestas. Hay recursos maravillosos y creíbles que podemos consultar para obtener la información más actualizada. Um, y creo que eso puede ser una herramienta realmente poderosa, um, no solo en su propia comprensión y confianza, sino también en la promoción, um, información precisa, ya sea en esas conversaciones con familiares y amigos, pero también en línea...

Clay (39:44):

Entonces, ¿cómo se prueba el mensaje y la mensajería para asegurarse de que se está saturando ini, de la manera correcta?

Alex (39:52):

Probar el mensaje y tener una idea de su... si está pegando bien, es un poco... es un poco desafiante. Depende de, ya sabes, con quién estamos hablando. Um, ¿cuál es el contexto? Pero una de las cosas que, ya sabes, se ha visto en la investigación sobre la vacilación de las vacunas durante un tiempo, es que la gente, realmente, mucha gente, la mayoría de la gente está dispuesta a cambiar de opinión si recibe información que responda a sus necesidades. preocupaciones. Entonces, creo que es realmente útil si está hablando con alguien para hacer estas preguntas abiertas para asegurarse de que comprende, ya sabe, cuál es la preocupación. Para que puedan buscar respuestas juntos.

Alex (40:39):

Y eso es algo que creo que es realmente útil si estás hablando con un miembro de la familia o alguien que conoces, ya sabes, dice que tiene, eh, una pregunta en particular o una preocupación en particular, puedes decir, ya sabes, como decíamos, es posible que no sepa la respuesta de inmediato. Puedes decir: "No estoy seguro de eso, pero esa es una pregunta muy importante. Sabes, ¿quieres buscarlo juntos y podemos tratar de resolverlo juntos?". Y creo que esa es una forma realmente buena de involucrar a la gente.

Alex (41:10):

Um, en cuanto a la prueba de mensajes, si estás mirando, como, ya sabes, una escala mayor, ¿verdad? Entonces, como un departamento de salud pública, o tal vez, um, ya sabes, algo así, creo que realmente, de nuevo, todo se reduce a escuchar. Tienes que pensar un poco, ya sabes, ¿con quién estoy tratando de hablar y cuáles son sus preguntas? ¿Y realmente estoy respondiendo a estas preguntas? Entonces, ya sabes, hemos estado investigando mucho sobre las pruebas de mensajes y, y descubrimos que es, la respuesta es, depende. Realmente depende de, ya sabes, a quién estás tratando de llegar y dónde están, más o menos, en su propio proceso.

Alex (41:50):

Ya sabes, algunas personas realmente solo necesitan un pequeño empujón, ya sabes, solo quieren tener un poco más de comprensión de, ya sabes, hay un fuerte consenso. Creo que es algo así como 93, 94, tal vez incluso hasta el 97% de los médicos, ya sabes, apoyan a las personas para que se vacunen por completo contra el COVID-19. Y algo así puede ser suficiente para la mayoría de las personas.

Alex (42:17):

Y luego puede haber otras personas que realmente, como, ya sabes, se han metido en la madriguera del conejo con información errónea, y ya sabes, enviar mensajes a ese grupo puede ser mucho más desafiante. Um, y tienes que ser paciente. Y realmente darle a la gente tiempo para tomar una decisión y, ya sabes, pensar en parte de la información que está disponible para ellos.

Clay (42:42):

Iba a preguntar, ambos han dicho esto un par de veces, que no abruma a la gente con hechos, o análisis o estadísticas. Entonces, ¿cuál es el equilibrio adecuado entre la información anecdótica y los datos estadísticos duros cuando intentas explicarle algo a alguien?

Gretchen (43:01):

Creo que esa es una pregunta realmente importante, y definitivamente algo que está en marcha a gran escala. Creo que realmente depende de dónde cae la gente en términos de vacilación, y

dónde están sus creencias. Creo que prefiero, solo personalmente, comenzar con algo más anecdótico. Comenzar con algo que realmente ayude a las personas a abrirse. Y esté abierto a entonces, viniendo con uno o dos puntos fácticos, um, basados en lo que sea que sean sus preocupaciones.

Gretchen (43:33):

Pero creo que abro con esa vulnerabilidad de mí compartiendo una historia personal, y de mí compartiendo algo que estaba, ya sabes, presenciando en términos de, ya sabes, alguien enfermarse con COVID, o cómo responde a una vacuna, etcétera. , puede permitir que las personas no se pongan a la defensiva de inmediato, sino que se relajen un poco y derriben ese muro solo un poco, para que yo, eh, luego tenga una conversación mucho más productiva, eh, en términos de compartir hechos o, um, promover información precisa.

Gretchen (44:07):

Pero de nuevo, como dijiste, no quieres bombardearlos solo con hechos tras hechos. Dale tiempo para digerirlo. Dale tiempo para que se sienten y piensen en ello, y luego, tal vez en una semana, regresen con algo más. Um, ya sabes, escuchando sus preocupaciones de nuevo, y tal vez hayan cambiado. um, sus preocupaciones son algo diferentes ahora. Y eso también está bien.

Gretchen (44:29):

Um, todos somos muy multifacéticos. Por lo tanto, no es un enfoque único para todos. Um, realmente escuchar e interactuar con esa persona, um, de una manera abierta y honesta, creo que probablemente sea la mejor manera de continuar teniendo esas conversaciones y asegurarse de que sean lo más efectivos posible...

Diane (44:49):

Creo que eso es importante, que siempre tenemos que recordar que tenemos que aprender y, a veces, volver a aprender las herramientas que usamos. Y este curso que armaron todos ustedes, cómo hablar con los padres sobre las vacunas, wow. Todos ustedes lo sacaron del estadio de béisbol. Lo sacaste del estadio. Va a ser muy útil, no solo ahora, sino en el futuro.

Diane (45:12):

En nuestro podcast de hoy, hemos cubierto muchos temas. Hemos dado mucha información concreta, buena y correcta. ¿Hay algo en nuestros últimos minutos de lo que no hayamos hablado que les gustaría que nuestros oyentes supieran hoy?

Alex (45:28):

Siento que, Gretchen, solo hay una especie de consejo más para tener conversaciones con personas que me vienen a la mente, es realmente fácil.

Diane (45:39):

Nos gusta fácil.

Alex (45:40):

Y, um-

Diane (45:40):

Nos gusta fácil. (risas)

Alex (45:40):

Bueno, bien. Entonces, esto proviene, nuevamente, de décadas de investigación sobre cómo hablarle a la gente sobre las vacunas. Entonces, esto es cierto para, ya sabes, todas las vacunas, no solo COVID-19, pero ya sabes, queremos hacer lo que vemos como lo que todos los demás están haciendo. Así que esto es, ya sabes, en la investigación, lo llamamos una norma social. Entonces, cuando las personas sienten que la norma social es que, ya sabes, otras personas se están vacunando y están bien, eso es un verdadero motivador para muchas personas.

Alex (46:10):

Entonces, en estas conversaciones, ya sabes, decir que más de 200 millones de estadounidenses han sido vacunados por completo, o, ya sabes, la gran mayoría de las personas han sido vacunadas por completo. Eso puede ser, um, creo que muy persuasivo para mucha gente. Y eso, nuevamente, es cierto no solo para las vacunas COVID-19, sino también para otras vacunas. Um, ese es solo otro de esos, ya sabes, consejos simples que realmente se basan en la investigación, que realmente pueden ayudar a las personas, eh, a tener estas conversaciones.

Gretchen (46:46):

Creo que estás diciendo, Alex, creando esa norma social, o permitiendo que la gente aprenda que "Oye, ya sabes, la gente de nuestra comunidad, ya sabes, este porcentaje de personas de nuestra comunidad han sido vacunados". Permitir que las personas entiendan que esa es ahora la norma social en su comunidad o ser la persona que inicia esa norma social. Um, ya sabes, diciendo, yo... me vacuné. Toda mi familia está vacunada. Eso realmente puede ayudar a promover, um, uh, promover un comportamiento positivo de la vacuna, pero también hacer que las personas se sientan más cómodas para tener conversaciones y preguntar, como, "Oye, ¿cómo respondieron tú y tu familia a la vacuna?"

Gretchen (47:23):

Creo que hay muchas preguntas en términos de efectos secundarios, porque es un espectro. Y así puedes compartir tu experiencia. Y- y esa es una herramienta realmente útil y beneficiosa, que no necesita hechos científicos para eso. Simplemente está compartiendo su propia experiencia, y eso puede ser una muy buena apertura para convertirse, ya sabe, en el embajador de vacunas de su propia comunidad.

Alex (47:50):

Y supongo-

Clay (47:50):

Tan estupendo.

Alex (47:50):

Uno, lo siento mucho.

Clay (47:50):

No, adelante, Alex.

Alex (47:50):

Seguía interrumpiéndote.

Clay (47:50):

Avanzar. Sí, está bien, adelante.

Alex (47:54):

No, y creo que otro tipo de dato que creo que también es muy importante es, um, la Academia Estadounidense de Médicos de Familia acaba de publicar una encuesta de 2000 estadounidenses, y les preguntaban sobre la confianza en las vacunas. Ya sabes, ¿cómo ha afectado la pandemia a tu confianza en las vacunas en general? Y descubrieron que la mayoría de los encuestados no expresaron ningún cambio, por lo que el 40% de las personas, ya sabes, dijo que realmente no ha cambiado nada para mí. Pero también vieron que el 30 % de las personas experimentaron un aumento en la confianza en las vacunas desde la pandemia.

Alex (48:27):

Entonces, ya sabes, creo que eso es algo muy importante a tener en cuenta, es que algunas de estas conversaciones, nuevamente, realmente están funcionando. Realmente ayudan a las personas a sentir que entienden, ya sabes, por qué las vacunas son importantes y cómo son útiles, y por qué, por qué, cómo las vacunas nos ayudan a protegernos unos a otros.

Clay (48:49):

¿Hay un número uno, en el curso de hablar o dialogar con personas que han pasado por su curso, hay un mito número uno que escuchó o vio de manera más consistente que otros?

Alex (49:01):

Oh, yo no, no lo sé. Uno de los verdaderos desafíos con los mitos y la desinformación es que están cambiando constantemente. Así que eso es realmente difícil. Ah, para responder. Creo que la principal preocupación que tiene la gente, o que creo que surge en mucha desinformación es, creo que mucho, creo que a la gente le preocupan los posibles efectos secundarios de las vacunas.

Alex (49:28):

Um, y hasta ahora, lo que hemos visto en los datos, nuevamente, más de 200 millones de estadounidenses, ya sabes, completamente vacunados, es que los riesgos de contraer COVID-19 son mucho, mucho mayores para usted y su familia, luego algunos de los riesgos potenciales o efectos secundarios de las vacunas. Y así, en la capacitación, en realidad pasamos por algunas de las comparaciones. Así que de nuevo, como, una especie de más, como, una comparación de manzanas con manzanas. Para que las personas puedan tener una idea de, ya sabes, sí, ha habido algunos efectos secundarios raros de las vacunas. Eso- eso pasa.

Alex (50:05):

Pero también, el COVID-19 en sí mismo puede causar, ya sabes, daño a muchos sistemas de órganos diferentes en el cuerpo, y creo que la gente no siempre, ya sabes, ve eso en las noticias. Y no siempre son conscientes de eso. Y entonces, ver el tipo real de comparación, creo que responde

muchas de las preguntas que tenemos, ya sabes, los posibles efectos secundarios o las compensaciones de la vacuna frente a enfermarse con COVID-19.

Diane (50:33):

Y creo que ese es un ejemplo de lo que dijiste, Gretchen. Ahí es cuando tu historia personal o ese testimonio de tu salud, eso es lo que juega tan bien, porque no estás siendo un experto, solo estás diciendo: "Esto es lo que he hecho. Así es como me impactó, y esto es por eso que lo hice".

Gretchen (50:49):

Exactamente. Sí, y obviamente, el contexto cambia las preocupaciones. Pero creo que abrumadoramente, permitir que las personas no solo escuchen sus propios testimonios, escuchen sus propias historias. Um, pero realmente compartiendo, ya sabes, que existen riesgos significativos asociados con COVID en sí. Entonces, al estar vacunado y eso le permite tener un caso mucho más leve de COVID, si de hecho recibe las vacunas posteriores al COVID, a diferencia de los riesgos y problemas de salud que surgen si no está vacunado, y te da COVID.

Gretchen (51:29):

Um, creo que esos son muy, muy importantes, pero también, como mencionó Alex, desafortunadamente, los mitos y la información errónea cambian en un abrir y cerrar de ojos, y, um, y espero que podamos usar algunas de estas herramientas y reconocer estos mitos y desinformación mejor para que podamos ser más efectivos en la lucha y tener mejores conversaciones?

Diane (51:51):

Y esa es la naturaleza de la bestia para ser un ser humano, ¿no es así?

Clay (51:54):

lo es, lo es.

Diane (51:54):

Sí, va a continuar para siempre, creo.

Clay (51:56):

Bueno, Alex, Gretchen, los apreciamos mucho, el trabajo que están haciendo en Johns Hopkins, y realmente este esfuerzo por deshacerse de tanta información. Muchísimas gracias por unirse a nosotros.

Diane (52:08):

Ambos estuvieron fabulosos, gracias.

Alex (52:10):

Gracias.

Gretchen (52:10):

Ha sido un placer.

Clay (52:11):

Y esperamos que todos los que han estado escuchando hayan disfrutado de esta riqueza de conocimientos que se ha compartido con nosotros hoy. Gracias por escuchar otro episodio de Vax Matters.