

Si lo deseas, puedes adaptar esta carta a tu comunidad.

Nota al editor:

Hoy en día, los rumores sobre la salud están por todas partes. En Internet, en la televisión e incluso cuando hablamos con amigos y vecinos. Es increíblemente difícil saber a quién acudir para obtener información de confianza.

Este mes se celebra el Mes Nacional de Concientización sobre la Inmunización (NIAM, por sus siglas en inglés), un momento ideal para encontrar nuevas fuentes confiables de orientación sobre salud.

¿Qué hay que tener en cuenta? En primer lugar, confía en tu instinto. Si algo suena demasiado bueno para ser verdad, probablemente no lo sea. En segundo lugar, piensa en qué quiere de ti esa fuente de la información. ¿Te están pidiendo que compres un producto o te están informando e invitándote a hablar con tu médico de confianza al respecto? En tercer lugar, busca expertos a los que puedas acudir por consejo. Quizás conozcas a una enfermera o a un farmacéutico que responda a tus preguntas.

He tenido el gusto de colaborar durante muchos años con una organización llamada "Voices for Vaccines". Su trabajo es presentar evidencia científica de manera objetiva de modo que puedas tomar decisiones adecuadas sobre las vacunas para ti y tu familia.

En lo personal, desconfío de las organizaciones que intentan venderme algo, en lugar de invitarme a conocer mejor la información. Por eso, te animo a aprovechar este mes para informarte más sobre las vacunas, su seguridad y su eficacia.