

Questo libro appartiene a:

LIBRO DEGLI ESERCIZI

Il Libro delle Decisioni sulla Salute:

Imparare a riflettere sui trattamenti



Titolo	Il Libro delle Decisioni sulla Salute: Imparare a riflettere sui trattamenti. Un libro di scienza della salute per i bambini della scuola primaria. LIBRO DEGLI ESERCIZI.
Autori	Matt Oxman, ¹ Sarah Rosenbaum, ¹ Allen Nsangi, ² Daniel Semakula, ² Angela 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
Illustrazioni	Sarah Rosenbaum, Miriam Grønli
Grafica	Sarah Rosenbaum, Angela Morelli
Traduzione	Camilla Alderighi, Raffaele Rasoini (Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della provincia di Firenze)
Editore	Istituto Norvegese di Salute Pubblica
Edizione Italiana	Il Pensiero Scientifico Editore
ISBN	978-88-490-0671-1
Data	Dicembre 2019
Citazione	Gruppo Informed Health Choices. Il Libro delle Decisioni sulla Salute: Imparare a riflettere sui trattamenti. Un libro di scienza della salute per i bambini della scuola primaria. LIBRO DEGLI ESERCIZI. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore; 2019 (Titolo originale: <i>The Health Choice Book: Learning to think carefully about treatments. A health science book for primary school children.</i> EXERCISE BOOK. Oslo: Norwegian Institute of Public Health; 2016).

¹Unità di Salute Generale, Istituto Norvegese di Salute Pubblica (Oslo, Norvegia)

²Facoltà di Scienze della Salute, Università Makerere (Kampala, Uganda)

³Università dei Grandi Laghi di Kisumu (Kisumu, Kenya)

⁴Scuola di Salute Pubblica, Facoltà di Medicina e Scienze della Salute, Università del Rwanda (Kigali, Rwanda)

Questo libro è stato realizzato come parte del progetto *Informed Healthcare Choices project* (www.informedhealthchoices.org) e ha ricevuto supporto dal Consiglio di Ricerca Norvegese, progetto numero 220603/H10. Il finanziatore non ha avuto alcun ruolo nella redazione, revisione o approvazione del contenuto.

L'uso a scopo non commerciale di questo libro, la sua distribuzione e riproduzione sono permesse senza restrizioni purché la fonte sia propriamente citata. Qualsiasi riscontro su come migliorare questo libro è benvenuto e deve essere inviato a: contact@informedhealthchoices.org.



Norwegian Institute of Public Health



MAKERERE UNIVERSITY
COLLEGE OF HEALTH SCIENCES



UNIVERSITY OF
RWANDA



The Research Council
of Norway

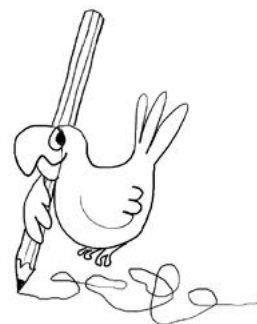
IL LIBRO DEGLI ESERCIZI

per

Il Libro delle Decisioni sulla Salute:
Imparare a riflettere sui trattamenti

.....

Un libro di scienza della salute
per i bambini della scuola primaria



Indice

Questa è una lista di ciò che troverai nel libro.

Introduzione		Pagina
Lezione 1	Salute, trattamenti ed effetti dei trattamenti	4
John e Julie imparano a riconoscere le BASI SCORRETTE delle AFFERMAZIONI sui trattamenti		
Lezione 2	Affermazioni basate sull'esperienza personale di qualcuno che ha usato un trattamento	8
Lezione 3	Altre basi scorrette delle affermazioni sui trattamenti (Parte 1)	14
Lezione 4	Altre basi scorrette delle affermazioni sui trattamenti (Parte 2)	18
John e Julie apprendono i CONFRONTI fra i trattamenti		
Lezione 5	Confronti fra i trattamenti	24
Lezione 6	Giusti confronti fra i trattamenti	30
Lezione 7	Giusti confronti con molte persone	35
John e Julie imparano a prendere DECISIONI sui trattamenti		
Lezione 8	Vantaggi e svantaggi di un trattamento	40

Sintesi

Pagina

Lezione 9

Cosa è più importante ricordare di questo libro

44

Glossario

Lista delle parole più importanti di questo libro
con il loro significato

50



1

Salute, trattamenti ed effetti dei trattamenti

Cosa hai imparato in questa lezione:

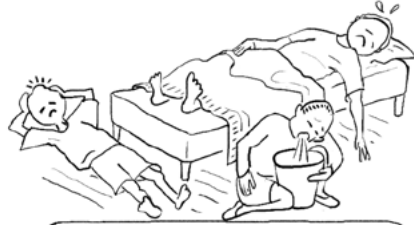
1. Cos'è la “salute”
2. Cos'è un “trattamento”
3. Cos'è l'“effetto di un trattamento”
4. Chi è un “ricercatore della salute”
5. Di cosa tratta questo libro

Parole chiave di questa lezione:

- *La tua **SALUTE** è quanto bene stanno il tuo corpo e la tua mente.*
- *Un **TRATTAMENTO** è qualcosa che fai per la tua salute.*
- *Un **EFFETTO** di un trattamento è qualcosa che succede a causa del trattamento.*
- *Un **RICERCATORE DELLA SALUTE** è qualcuno che studia attentamente la salute per saperne sempre di più.*

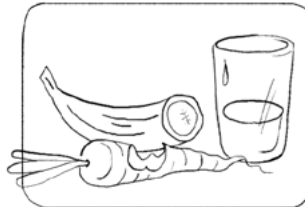
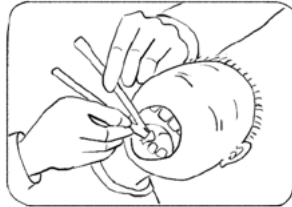
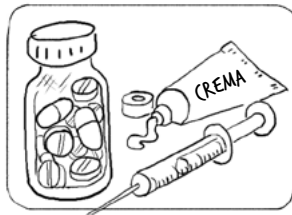


BUONA SALUTE



CATTIVA SALUTE

TRATTAMENTI



ESERCIZIO 1

Scrivi il significato delle parole. Ricorda che il significato delle parole si trova anche alla fine del libro.

ESEMPIO: Cos'è un "fumetto"?

Un fumetto è una storia fatta di parole e disegni.

1. Cos'è la tua "salute"?

2. Cos'è un "trattamento"?

3. Cos'è un "effetto" di un trattamento?

ESERCIZIO 2

Barra se vero o falso.

ESEMPI:

La tua salute è importante.

Vero Falso

La tua salute non è importante.

Vero Falso

1. La maggior parte dei trattamenti ha effetti sia positivi che negativi.

Vero Falso

2. Questo libro ti insegna quali trattamenti usare.

Vero Falso

3. Bere un succo di frutta è un trattamento.

Vero Falso

4. Non bere un succo di frutta è un trattamento.

Vero Falso

5. Siamo completamente sicuri riguardo agli effetti di quasi tutti i trattamenti.

Vero Falso



2

Affermazioni basate sull'esperienza personale di qualcuno che ha usato un trattamento

Cosa hai imparato in questa lezione:

1. Cos'è un'“affermazione”
2. Cos'è la “base” di un'affermazione
3. Cos'è un'“affermazione inaffidabile”
4. Perché è importante chiederci qual è la base di un'affermazione sugli effetti di un trattamento
5. Perché l'esperienza personale di qualcuno che ha usato un trattamento è una base scorretta per le affermazioni sugli effetti di quel trattamento

Parole chiave di questa lezione:

- Un'**AFFERMAZIONE** è qualcosa che qualcuno dice e può essere giusta o sbagliata.
- La **BASE** di un'affermazione è il supporto, il fondamento o la ragione che sostengono l'affermazione.
- Un'affermazione **INAFFIDABILE** è un'affermazione con una base scorretta.
- L'**ESPERIENZA PERSONALE** di qualcuno che *usa un trattamento* è ciò che è successo a quella persona dopo averlo usato.

IL VILLAGGIO DI JOHN E JULIE



ESERCIZIO 1

Scrivi il significato delle parole. Ricorda che il significato delle parole si trova anche alla fine del libro.

ESEMPIO: Cos'è la tua "salute"?

La tua salute è quanto bene stanno il tuo corpo e la tua mente.

1. Cos'è un'"affermazione"?

2. Cos'è la "base di un'affermazione"?

3. Cos'è un'affermazione "inaffidabile"?

4. Cos'è l'"esperienza personale" nell'uso di un trattamento?

ESERCIZIO 2

Scrivete qual è l'esperienza e qual è l'affermazione.

Esempio:

Sarah ha messo della cacca di mucca su un'ustione e l'ustione dopo un po' è scomparsa. Perciò Sarah afferma che la cacca di mucca guarisce le ustioni.

Esperienza di Sarah:

Mettere cacca di mucca sull'ustione. La scomparsa dell'ustione.

Affermazione di Sarah:

La cacca di mucca cura le ustioni.

1. Andy dice che mangiare mele gli farà cadere tutti i denti perché una volta, mentre mangiava una mela, gli è caduto un dente.

Esperienza di Andy:

Affermazione di Andy:

ESERCIZIO 2

1. Una volta Daniel ha fatto un bagno caldo quando aveva la febbre. Dopo appena un'ora la febbre era scomparsa. Ora, Daniel dice che fare un bagno caldo cura la febbre.

Esperienza di Daniel:

Affermazione di Daniel:

2. La notte scorsa Christine ha dormito per 12 ore! Oggi ha corso una gara ed è arrivata prima! Per questo, Christine ha detto alle altre atlete che dormire fa correre più veloce.

Esperienza di Christine:

Affermazione di Christine:

ESERCIZIO 3

Alla fine del libro degli esercizi, ci sono alcune pagine per annotare delle affermazioni, così come John e Julie fanno in questa storia.

Ogni volta che senti un'affermazione sugli effetti di un trattamento, a scuola, a casa o da qualunque altra parte, annotala su quelle pagine.

Nella Lezione 9, potrai dire se pensi che le affermazioni che hai annotato sono affidabili o meno.



3

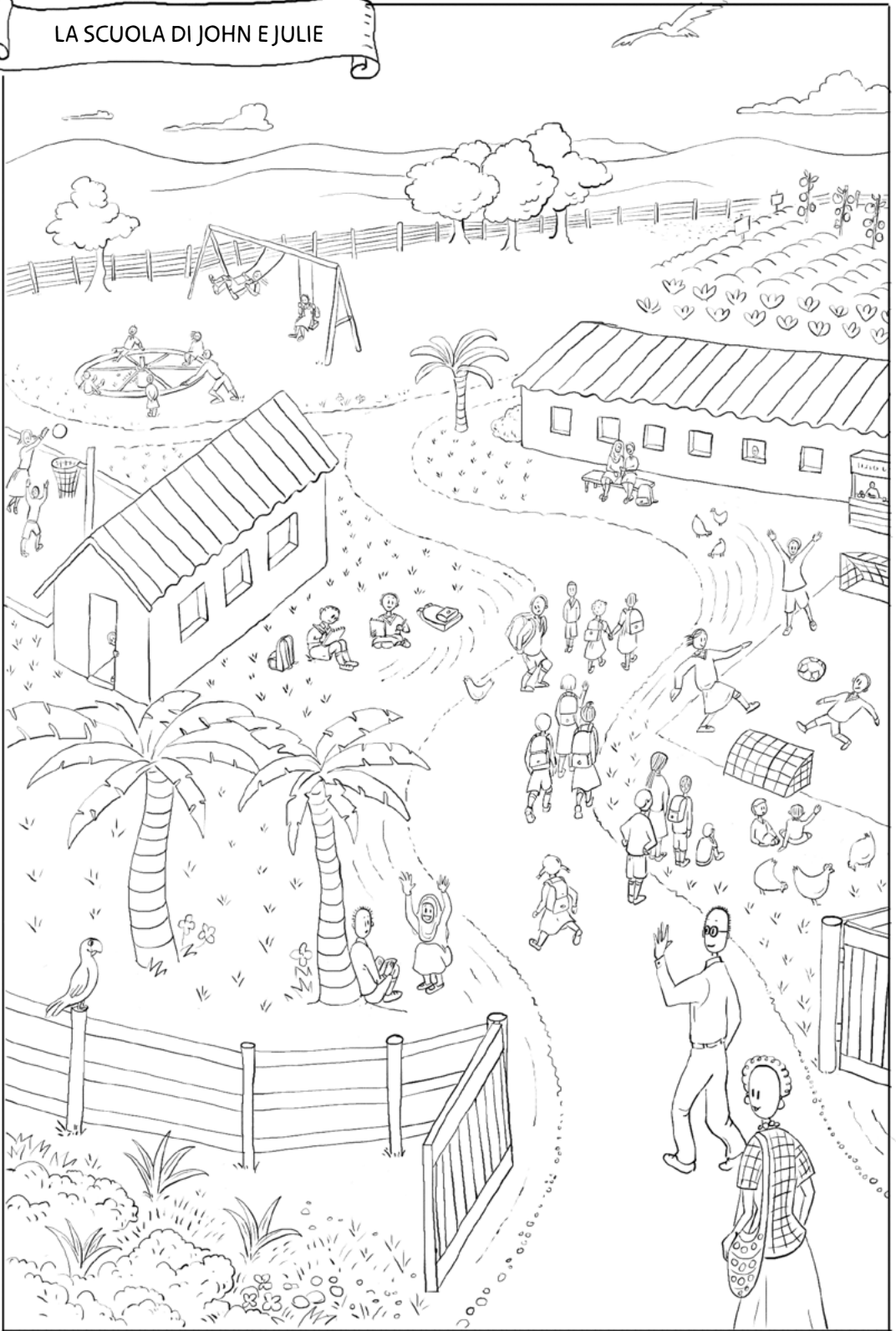
Altre basi scorrette delle affermazioni sui trattamenti (Parte 1)

Cosa hai imparato in questa lezione:

Imparerai perché le basi seguenti sono scorrette per fare delle affermazioni sugli effetti di un trattamento:

1. Da quanto tempo un trattamento viene usato oppure quante persone lo hanno usato
2. Quanto un trattamento è nuovo oppure quanto è costoso

LA SCUOLA DI JOHN E JULIE



ESERCIZIO 1

Barra se vero o falso.

Esempio:

L'esperienza personale di qualcuno che ha usato un trattamento è una base corretta per un'affermazione sugli effetti di quel trattamento.

Vero Falso

1. Quando le persone sostengono un'affermazione da tanto tempo, questa affermazione è quasi sempre corretta.
 Vero Falso
2. Quando le persone sostengono un'affermazione da tanto tempo, questa affermazione è a volte corretta e a volte scorretta.
 Vero Falso
3. Se migliaia di persone fanno la stessa affermazione, hanno ragione.
 Vero Falso
4. Più un trattamento è costoso, più è efficace.
 Vero Falso
5. I trattamenti più nuovi sono a volte peggiori di quelli più vecchi.
 Vero Falso

ESERCIZIO 2

Scrivi perché le affermazioni sono inaffidabili.

Esempio:

Sarah ha messo cacca di mucca su un'ustione e l'ustione è scomparsa. Perciò, lei afferma che la cacca di mucca cura le ustioni.

Questa affermazione è inaffidabile perché:

È basata soltanto sull'esperienza personale di Sarah. È possibile che l'ustione di Sarah guarisse lo stesso, anche senza averci messo sopra la cacca di mucca.

1. Una volta, quando aveva la febbre, Michael ha fatto un bagno nell'acqua fredda. Dopo solo un'ora la febbre era quasi scomparsa. Adesso Michael dice che fare un bagno in acqua fredda guarisce dalla febbre.

Questa affermazione è inaffidabile perché:

2. Ci sono tanti tipi di caffè al negozio. Mercy compra quello che costa di più. Lei dice che è migliore per la salute proprio perché costa di più.

Questa affermazione è inaffidabile perché:

4

Altre basi scorrette delle affermazioni sui trattamenti (Parte 2)

Cosa hai imparato in questa lezione:

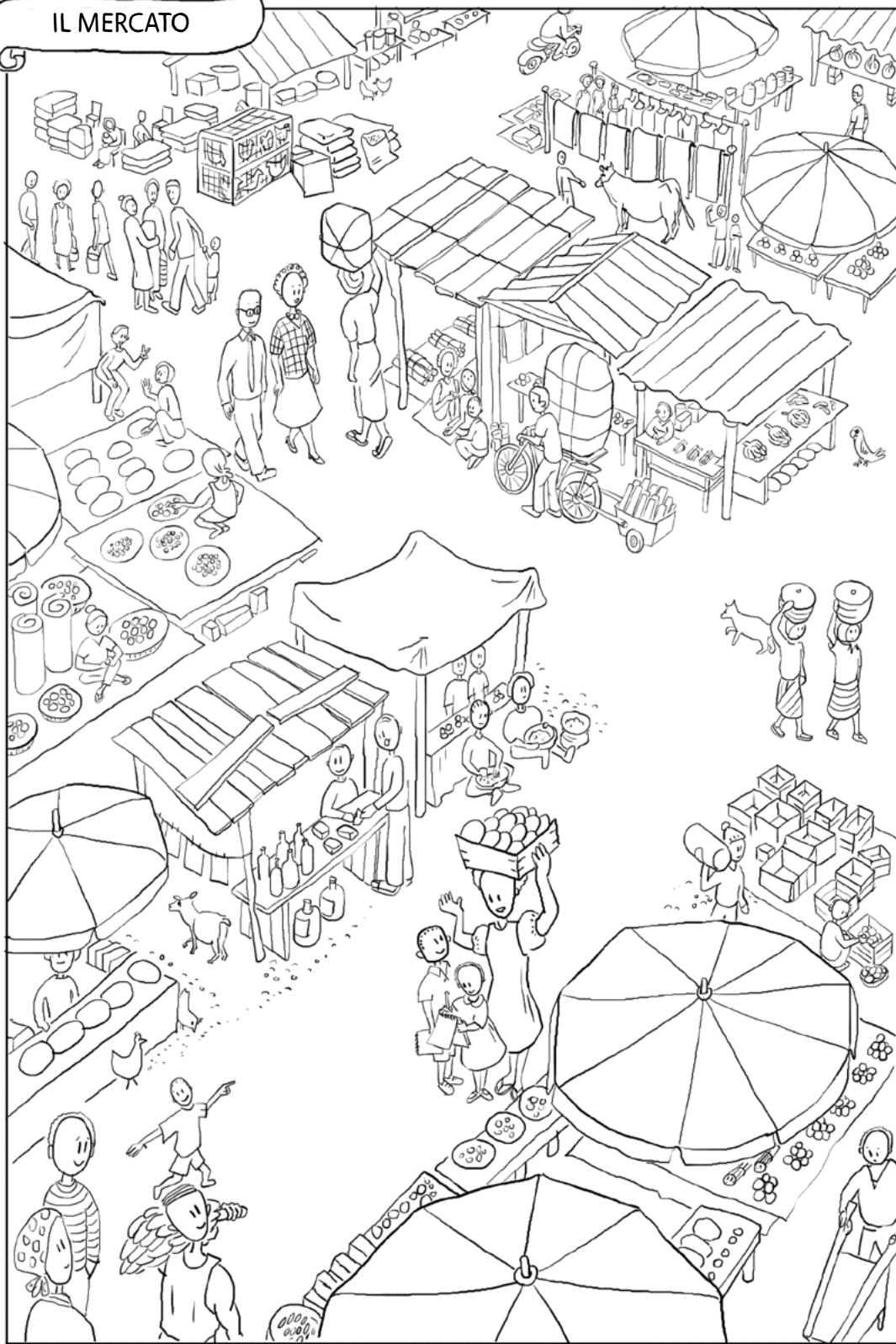
Imparerai perché le basi seguenti sono scorrette per fare delle affermazioni sugli effetti di un trattamento:

1. Qualcuno che vende un trattamento dice qualcosa a proposito di esso
2. L'opinione di un esperto a proposito di un trattamento

Parola chiave di questa lezione:

- Un **ESPERTO** è qualcuno che sa molte cose su un argomento.

IL MERCATO



ESERCIZIO 1

Barra se vero o falso.

Esempio:

Un trattamento è migliore se è più nuovo.

Vero Falso

1. I nuovi trattamenti sono a volte peggiori dei vecchi trattamenti.

Vero Falso

2. Non tutti gli esperti fanno affermazioni affidabili.

Vero Falso

3. Se un esperto fa un'affermazione basata sull'esperienza personale, quell'affermazione è inaffidabile.

Vero Falso

4. La base dell'affermazione è più importante della persona che sta facendo l'affermazione.

Vero Falso

ESERCIZIO 2

Scrivi perché le affermazioni sono inaffidabili.

Esempio:

Alice mangia patate tutti i giorni. Lei dice che questo le permette di essere più forte perché l'ha sentito dire da molte persone.

Questa affermazione è inaffidabile perché:

La base dell'affermazione è quante persone hanno detto che mangiare
patate tutti i giorni rende più forti. Questa è una base scorretta per
l'affermazione.

1. Christopher ha comprato delle candele. Lui dice che se userai le candele non ti ammalerai di malaria. Lui dice che è così perché l'ha sentito dire dalle persone che vendevano le candele.

Questa affermazione è inaffidabile perché:

→

ESERCIZIO 2

1. Josephine dice che mangiare la minestra fa passare l'influenza. Dice che è vero perché gliel'ha detto un cuoco. Il cuoco sa molte cose sul cibo.

L'affermazione è inaffidabile perché:

2. Rehema ha sentito dire da un pescatore che mangiare pesce bollito è meglio per la salute piuttosto che mangiare pesce grigliato. Rehema dice che il pescatore ha ragione perché lui conosce moltissime cose sui pesci.

L'affermazione è inaffidabile perché:



5

Confronti fra i trattamenti

Cosa hai imparato in questa lezione:

1. Perché i ricercatori della salute devono confrontare un trattamento con un altro trattamento oppure con nessun trattamento

Parole chiave di questa lezione:

- Un'affermazione **AFFIDABILE** è un'affermazione con una base corretta.
- **CONFRONTARE** *trattamenti* significa valutare le differenze tra due o più trattamenti.
- Una **DOMANDA DI RICERCA** è una domanda a cui i ricercatori cercano di rispondere.



ESERCIZIO 1

Scrivi il significato delle parole. Ricorda che il significato delle parole si trova anche alla fine del libro.

Esempio:

Chi è un “ricercatore della salute”?

Un ricercatore della salute è qualcuno che studia attentamente la salute per saperne sempre di più.

1. Cos'è un'affermazione “affidabile”?

2. Cos'è un “confronto” fra trattamenti?

3. Cosa vuol dire “misurare”?

ESERCIZIO 2

Barra quello che secondo te è il modo migliore per misurare il risultato di questi confronti fra i trattamenti.

Esempio:

Quanto pesano le persone dopo aver usato differenti trattamenti

- Pesare le persone su una bilancia Guardare le persone

1. Quanto le persone corrono veloce dopo aver usato differenti trattamenti

- Prendere il tempo con un cronometro Chiedere alle persone

2. Se le persone hanno ancora la febbre dopo aver usato differenti trattamenti

- Toccare la fronte delle persone Annusare le persone

3. Se le persone hanno ancora mal di testa dopo aver usato differenti trattamenti

- Chiederlo alle persone Guardare le persone

ESERCIZIO 3

Immagina che le facce siano persone che hanno partecipato a un confronto tra due medicine per curare la malaria.
Le persone del Gruppo A hanno ricevuto una nuova medicina.
Le persone del Gruppo B hanno ricevuto una vecchia medicina.

Ogni volto con questa espressione rappresenta una persona con la malaria:



Misura le differenze tra i due gruppi.

Esempio:

Gruppo A:



Gruppo B:



Quante persone hanno la malaria in ogni gruppo?

Gruppo A: 10 persone su 20 hanno la malaria

Gruppo B: 5 persone su 20 hanno la malaria

Qual è la differenza tra i gruppi?

5 persone *in più* su 20 hanno la malaria nel Gruppo A



ESERCIZIO 3

Gruppo A:



Gruppo B:



Quante persone hanno la malaria in ogni gruppo?

Gruppo A: ____ su 20

Gruppo B: ____ su 20

Qual è la differenza tra i gruppi?

____ persone *in più* su 20 hanno la malaria nel Gruppo ____

Gruppo A:



Gruppo B:



Quante persone hanno la malaria in ogni gruppo?

Gruppo A: ____ su 50

Gruppo B: ____ su 50

Qual è la differenza tra i gruppi?

Nel Gruppo ____ le persone *in più che* hanno la malaria sono ____

6

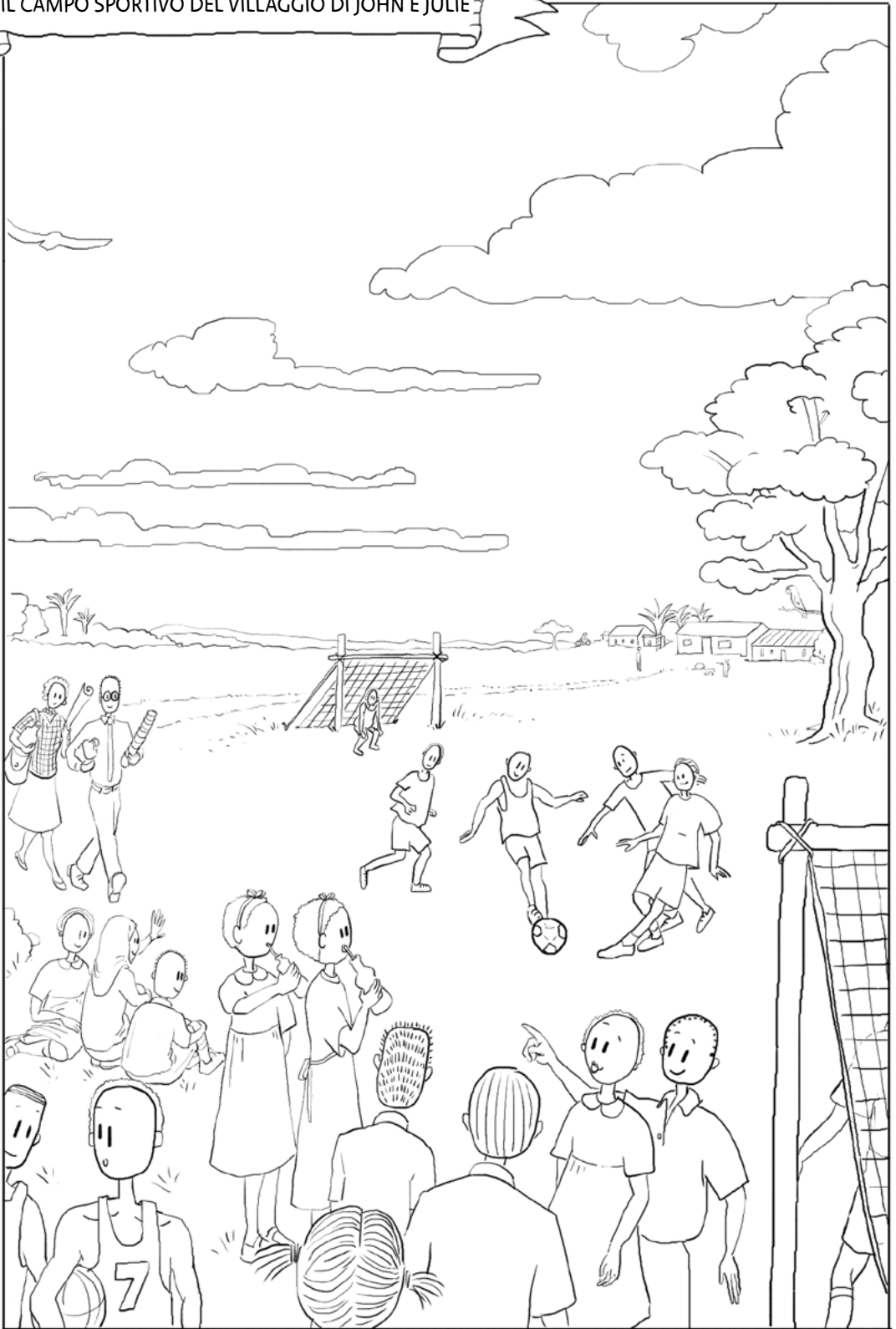
Giusti confronti fra i trattamenti

Cosa hai imparato in questa lezione:

1. Cos'è un “giusto” confronto fra i trattamenti
2. Perché i ricercatori della salute devono essere giusti quando confrontano i trattamenti
3. In che modo i ricercatori della salute devono essere giusti quando confrontano i trattamenti

Parole chiave di questa lezione:

- Un **GIUSTO** *confronto fra i trattamenti* è un confronto in cui l'unica differenza importante sono i trattamenti stessi.
- *Scegliere grazie al* **CASO** *chi riceve un trattamento* è un modo di scegliere senza sapere in anticipo chi riceverà un trattamento o l'altro.



ESERCIZIO 1

Barra se vero o falso.

Esempio:

Molte volte i ricercatori della salute hanno messo a confronto l'uso di un trattamento con il non uso dello stesso trattamento.

Vero Falso

1. I confronti fatti dai ricercatori della salute potrebbero non essere sempre giusti.
 Vero Falso
2. Se credi che un trattamento ti renderà più felice, potresti sentirti più felice dopo averlo usato, senza che il trattamento, in realtà, abbia avuto alcun effetto.
 Vero Falso
3. In un giusto confronto, il trattamento è l'unica differenza importante tra i gruppi.
 Vero Falso
4. I ricercatori della salute possono misurare alcune cose facendo delle domande.
 Vero Falso

ESERCIZIO 2

Immagina che la Professoressa Confronto e il Professor Giusto stiano studiando il vaccino contro il morbillo.

Un vaccino è un'iniezione che serve a evitare alle persone di ammalarsi di una malattia.

Il morbillo è un tipo di malattia.

Quindi, il vaccino contro il morbillo è un trattamento per evitare alle persone di ammalarsi di morbillo.

I Professori vogliono confrontare quello che succede usando e non usando il vaccino.

1. Qual è la domanda di ricerca dei Professori?

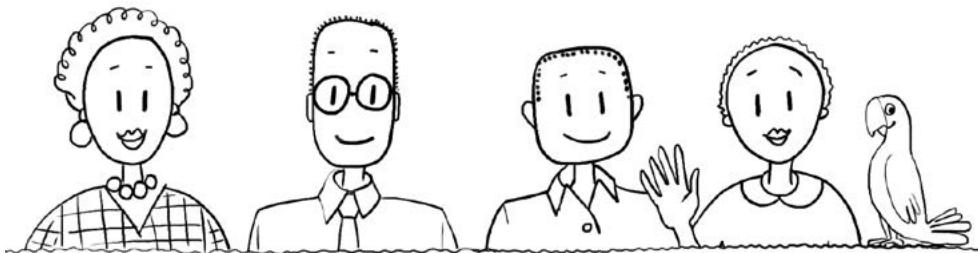
2. I Professori dovrebbero scegliere chi riceve il vaccino? Perché?



ESERCIZIO 2

1. Le persone che partecipano al confronto dovrebbero scegliere chi riceve il vaccino? Perché?

2. Le persone che partecipano al confronto dovrebbero sapere se hanno ricevuto il vaccino? Perché?



7

Giusti confronti con molte persone

Cosa hai imparato in questa lezione:

1. Perché i ricercatori della salute devono dare i trattamenti a molte persone nell'ambito di giusti confronti

Parola chiave di questa lezione:

*Scoprire qualcosa **PER CASO** in confronti troppo piccoli significa scoprire qualcosa senza sapere perché è accaduta, dal momento che i confronti erano troppo piccoli.*

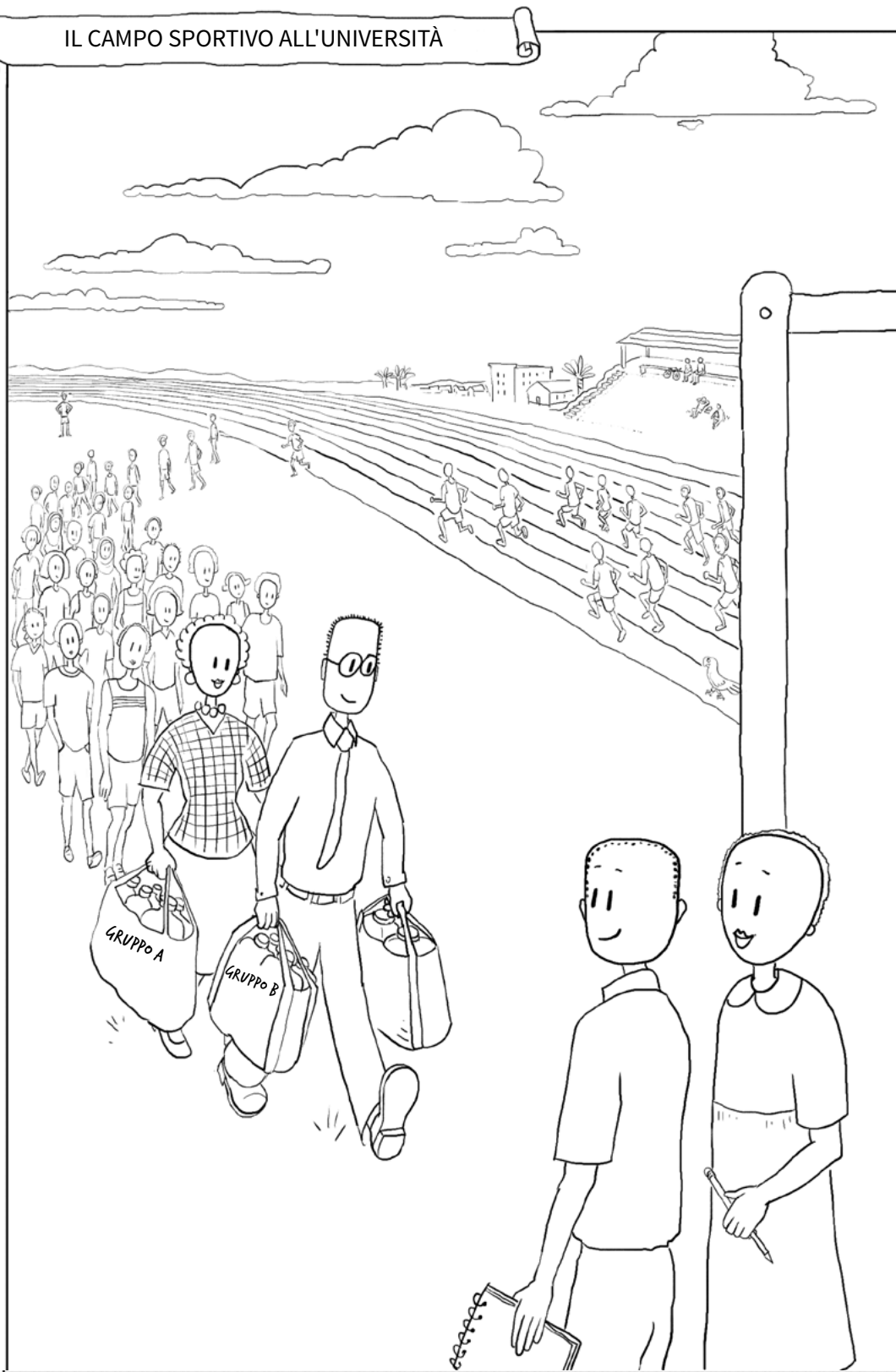


GRAFICO DELL' ATTIVITÀ

L'insegnante guida l'attività usando 10 carte rosse e 10 carte blu.
Su ogni carta, ci sono 10 persone con il mal di pancia.
Ogni volta che ciascuna carta viene scoperta, scrivi il numero di
persone che non hanno più mal di pancia.

Gruppo Rosso	Gruppo Blu
Nello spazio sotto, scrivi il numero di persone che non hanno più mal di pancia dopo aver preso una compressa rossa .	Nello spazio sotto, scrivi il numero di persone che non hanno più mal di pancia dopo aver preso una compressa blu .
Carta Rossa 1:	Carta Blu 1:
Carta Rossa 2:	Carta Blu 2:
Carta Rossa 3:	Carta Blu 3:
Carta Rossa 4:	Carta Blu 4:
Carta Rossa 5:	Carta Blu 5:
Carta Rossa 6:	Carta Blu 6:
Carta Rossa 7:	Carta Blu 7:
Carta Rossa 8:	Carta Blu 8:
Carta Rossa 9:	Carta Blu 9:
Carta Rossa 10:	Carta Blu 10:
Totale:	Totale:

ESERCIZIO 1

Barra se vero o falso

Esempio:

In un giusto confronto, i gruppi sono simili.

Vero Falso

1. Nei giusti confronti, i ricercatori della salute sono più sicuri del perché qualcosa succede se ciò accade molte volte.

Vero Falso

2. Se un confronto è abbastanza grande, non è importante che sia giusto.

Vero Falso

3. La maggior parte delle volte, i ricercatori della salute dovrebbero fare più di un giusto confronto fra gli stessi trattamenti.

Vero Falso

ESERCIZIO 2

Ricorda che i due significati di “caso” sono alla fine del libro

1. Cosa significa scegliere “grazie al caso” chi assume quale trattamento?

2. Cosa significa scoprire qualcosa “per caso” in un confronto troppo piccolo?



8

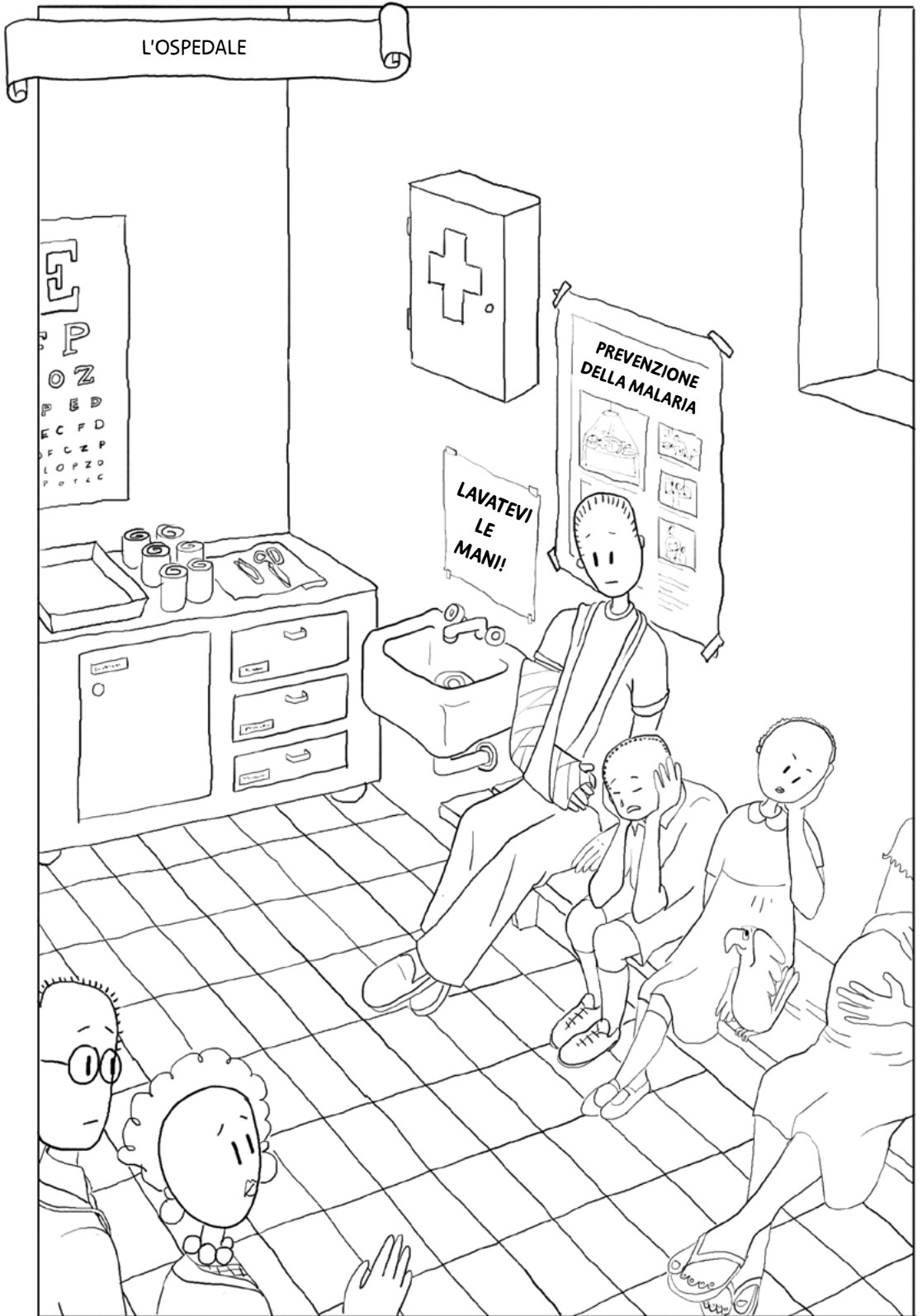
Vantaggi e svantaggi di un trattamento

Cosa hai imparato in questa lezione:

1. Cos'è un "vantaggio" di un trattamento
2. Cos'è uno "svantaggio" di un trattamento
3. Cos'è una "decisione informata"
4. Perché è importante prendere decisioni informate sui trattamenti
5. Come prendere decisioni informate sui trattamenti

Parole chiave di questa lezione:

- Una *decisione* **INFORMATATA** è una decisione presa nel momento in cui abbiamo compreso tutte le informazioni a disposizione.
- Un **VANTAGGIO** *di un trattamento* è qualcosa che si pensa sia favorevole a proposito di quel trattamento.
- Uno **SVANTAGGIO** *di un trattamento* è qualcosa che si pensa sia non favorevole a proposito di quel trattamento.



ESERCIZIO 1

Scrivi il significato delle parole. Ricorda che il significato delle parole si trova anche alla fine del libro.

Esempio:

Cos'è un "giusto" confronto fra i trattamenti?

Un confronto dove il trattamento usato è l'unica differenza importante tra i gruppi.

1. Cos'è una "decisione informata"?

2. Cos'è un "vantaggio" di un trattamento?

3. Cos'è uno "svantaggio" di un trattamento?

ESERCIZIO 2

Barra se vero o falso.

Esempio:

Se un confronto è abbastanza grande, non importa che sia giusto.

Vero Falso

1. Il fatto di essere molto costoso è un vantaggio di un trattamento.
 Vero Falso
2. Un effetto positivo è un vantaggio di un trattamento.
 Vero Falso
3. Quando due persone prendono decisioni informate, questo vuol dire che stanno prendendo la stessa decisione.
 Vero Falso
4. Un vantaggio per una persona può essere uno svantaggio per un'altra.
 Vero Falso
5. Gli svantaggi di un trattamento sono sempre più importanti dei vantaggi.
 Vero Falso

9

Cosa è più importante
ricordare di questo libro



Ricorda!

- **Rifletti attentamente prima di decidere se usare un trattamento.**
- **La maggior parte dei trattamenti ha effetti sia positivi che negativi.**
- **Quello che qualcuno dice su un trattamento può essere sbagliato.**

AFFERMAZIONI sui trattamenti

Quando senti un'affermazione sull'effetto di un trattamento, devi sempre chiederti:

- **Qual è la base dell'affermazione?**

*Se la base dell'affermazione è scorretta, allora l'affermazione è inaffidabile.
Queste sono basi scorrette per le affermazioni sugli effetti di un trattamento:*

1. L'esperienza personale di qualcuno che ha usato un trattamento
2. Da quanto tempo il trattamento viene usato o quante persone lo hanno usato
3. Quanto il trattamento è costoso o quanto è nuovo
4. Quello che dice una persona che vende un trattamento
5. L'opinione di un esperto su un trattamento, se questa non è basata su giusti confronti

CONFRONTI fra i trattamenti

*Se la base di un'affermazione è corretta, allora l'affermazione è affidabile.
I giusti confronti sono una base corretta per le affermazioni sugli effetti dei trattamenti. Ecco come i ricercatori della salute fanno giusti confronti:*

1. Confrontano un trattamento con un altro trattamento o con nessun trattamento.
2. Decidono grazie al caso chi riceverà un trattamento (es. lanciando una moneta).
3. Fanno in modo che nessuno sappia chi ha ricevuto quale trattamento fino alla fine.
4. Danno i trattamenti a molte persone, così che i risultati del confronto non siano dovuti al caso.

DECISIONI sui trattamenti:

Quando devi decidere se usare un trattamento, chiediti sempre:

- **Quali sono i vantaggi e gli svantaggi del trattamento?**
 - **Cos'è più importante per me?**

Istruzioni

Apri il libro degli esercizi alla fine, dove hai annotato le affermazioni.

Identifica e scrivi quale pensi sia la base di ogni affermazione e spunta una delle caselle per segnalare se pensi che l'affermazione sia affidabile, non affidabile o non sei sicuro. C'è un esempio nella pagina seguente.

Ricorda, riguardo alle affermazioni sugli effetti dei trattamenti, le basi che hai appreso sono:

- L'esperienza personale di qualcuno che ha usato il trattamento
- Da quanto tempo il trattamento viene usato o quante persone lo hanno usato
- Quanto il trattamento è costoso o è nuovo
- Quello che una persona che vende un trattamento dice a proposito di esso
- L'opinione di un esperto a proposito del trattamento
- Un giusto confronto del trattamento con un altro trattamento o con nessun trattamento
- Un confronto non giusto del trattamento con un altro trattamento o con nessun trattamento

Se non sai qual è la base di un'affermazione, lascia lo spazio vuoto.

ESERCIZIO

Esempio:

Affermazione:

La cacca di mucca guarisce le ustioni!

Tattamento:

Mettere cacca di mucca su un'ustione

Effetto:

L'ustione guarisce

Base:

L'esperienza personale di qualcuno

L'affermazione è affidabile?

Sì

No

Non sono sicuro/a

Affermazione:

Tattamento:

Effetto:

Base:

L'affermazione è affidabile ?

Sì

No

Non sono sicuro/a

ESERCIZIO

Affermazione:

Trattamento:

Effetto:

Base:

L'affermazione è affidabile?

Sì

No

Non sono sicuro/a

Affermazione:

Trattamento:

Effetto:

Base:

L'affermazione è affidabile?

Sì

No

Non sono sicuro/a

ESERCIZIO

Affermazione:

Trattamento:

Effetto:

Base:

L'affermazione è affidabile?

Sì No Non sono sicuro/a

Affermazione:

Trattamento:

Effetto:

Base:

L'affermazione è affidabile?

Sì No Non sono sicuro/a

Lista delle parole più importanti di questo libro con il loro significato

A

AFFERMARE

significa dire qualcosa che può essere giusto o sbagliato.

ESEMPIO: “Sarah ha **affermato** che la cacca di mucca guarisce le ustioni.

L’affermazione di Sarah è sbagliata”

IN INGLESE: “To claim”

*Un’***AFFERMAZIONE**

è qualcosa che qualcuno dice e può essere giusta o sbagliata.

ESEMPIO: “L’**affermazione** di Sarah era che la cacca di mucca guarisce le ustioni. La sua **affermazione** è sbagliata.”

IN INGLESE: “Claim”

Un’affermazione **AFFIDABILE**

è un’affermazione che ha una base corretta.

CONTRARI: “Inaffidabile” → *Vedi* “I”

ESEMPIO: “Le zanzariere evitano alle persone di ammalarsi di malaria.

Questa è un’affermazione **affidabile** perché è basata su giusti confronti.”

IN INGLESE: “Reliable”

B

BASARE *un'affermazione su qualcosa*

significa supportare un'affermazione con un fondamento.

ESEMPIO: "L'affermazione di Sarah era **basata** sulla sua esperienza."

IN INGLESE: "To base"

La **BASE** *di un'affermazione*

è il supporto, il fondamento o la ragione che sostengono l'affermazione.

ESEMPIO: "L'esperienza di Sarah era la **base** della sua affermazione."

IN INGLESE: "Basis"

C

(Nota che la parola "**CASO**" ha due significati. Entrambi sono nel glossario)

Scegliere **grazie al CASO** *chi riceve un trattamento*

è un modo di scegliere senza sapere in anticipo chi riceverà un trattamento o un altro.

ESEMPIO: "John e Julie hanno lanciato una moneta per scegliere chi dei loro amici avrebbe bevuto succo di frutta e chi acqua. In questo modo, hanno scelto **grazie al caso** chi ha ricevuto il succo di frutta. John e Julie non sapevano chi avrebbe ricevuto il succo di frutta."

IN INGLESE: "By chance"



Scoprire qualcosa **per CASO** in confronti troppi piccoli

significa scoprire qualcosa senza sapere perché è accaduta, dal momento che i confronti erano troppo piccoli.

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno confrontato due medicine per scoprire quale fosse migliore per il mal di testa. Hanno dato una medicina al primo gruppo e una medicina al secondo gruppo. Le persone nel primo gruppo hanno sentito che il mal di testa andava loro via più velocemente. Tuttavia, troppe poche persone erano incluse nel confronto. Quindi è possibile che i ricercatori abbiano riscontrato che la prima medicina sia risultata migliore **per caso**. Non potevano sapere perché le persone nel primo gruppo hanno sentito che il mal di testa andava loro via più velocemente.”

IN INGLESE: “By chance”

CONFRONTARE i trattamenti

significa valutare le differenze fra due o più trattamenti.

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno **confrontato** cosa succede a dormire o meno sotto una zanzariera.”

IN INGLESE: “To compare”

Fare un **CONFRONTO** fra i trattamenti

significa valutare le differenze fra due o più trattamenti.

SINONIMI: “Studi sui trattamenti” o “Test sui trattamenti”

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno fatto un **confronto** per valutare cosa succede a dormire o meno sotto una zanzariera.”

IN INGLESE: “Comparison”

D

Una **DECISIONE** sulla salute

è una decisione che riguarda come prendersi cura della propria o altrui salute.

ESEMPIO 1: “Quando decidi di usare un trattamento, stai prendendo una **decisione sulla salute.**”

ESEMPIO 2: “Quando il Ministero della Salute sceglie quali trattamenti finanziare e mettere a disposizione delle persone, sta prendendo una **decisione sulla salute.**”

IN INGLESE: “A healthcare choice”

Una **DOMANDA** di ricerca

è una domanda a cui i ricercatori cercano di dare una risposta.

ESEMPIO: “La **domanda di ricerca** era: dormire sotto una zanzariera evita alle persone di ammalarsi di malaria?”

IN INGLESE: “Research question”

E

Un **EFFETTO** di un trattamento

è qualcosa che succede a causa di un trattamento.

ESEMPIO: “Vedere meglio è un **effetto** dell’indossare occhiali.”

IN INGLESE: “Effect”

L’**ESPERIENZA PERSONALE** di qualcuno che usa un trattamento

è ciò che è successo a quella persona dopo averlo usato.

ESEMPIO: “Sarah afferma che la cacca di mucca cura le ustioni. La sua affermazione è basata sulla sua **esperienza personale** ed è sbagliata.”

IN INGLESE: “A personal experience”

Un ESPERTO

è qualcuno che sa molte cose su un argomento.

ESEMPIO: “Un erborista è un **esperto** di medicina delle erbe, ma gli erboristi possono sbagliarsi. Tutti gli **esperti** possono sbagliarsi.”

IN INGLESE: “Expert”

G

Un GIUSTO confronto fra trattamenti

è un confronto in cui l'unica differenza importante è il trattamento stesso.

CONTRARI: “Confronti non giusti” → Vedi “N”

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno confrontato cosa succede a dormire o meno sotto una zanzariera. Le persone in un gruppo avevano caratteristiche simili alle persone nell'altro gruppo. Il confronto era **giusto** perché l'unica differenza importante era se le persone dormivano o meno sotto una zanzariera.”

IN INGLESE: “Fair comparison”

I

Un'affermazione INAFFIDABILE

è un'affermazione che ha una base scorretta.

CONTRARI: “Affidabile” → Vedi “A”.

ESEMPIO: “Sarah ha affermato che la cacca di mucca cura le ustioni. La base della sua affermazione era la sua esperienza personale. La sua affermazione è **inaffidabile** perché è basata soltanto sulla sua esperienza personale.”

IN INGLESE: “Unreliable claim”

INDURRE qualcuno in errore

significa far pensare a qualcuno che qualcosa è giusto quando invece è sbagliato.

SINONIMI: “Confondere” o “Fuorviare”

ESEMPIO: “Un'affermazione inaffidabile può **indurti in errore**.”

IN INGLESE: “To mislead”

Un' INFEZIONE

è una malattia causata da germi.

ESEMPIO: “Dopo che John ha messo il dito nella cacca di mucca, gli è venuta un'**infezione**.”

IN INGLESE: “Infection”

Una decisione INFORMATATA

è una decisione presa nel momento in cui abbiamo compreso tutte le informazioni a disposizione.

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno confrontato l'uso di un antibiotico con il non uso. John e Julie hanno compreso le scoperte dei ricercatori. Loro hanno preso **decisioni informate** sull'uso degli antibiotici.”

IN INGLESE: “Informed choice”

Le INFORMAZIONI sui trattamenti

sono ciò che ci viene detto o che impariamo sui trattamenti.

ESEMPIO: “Le scoperte dei ricercatori della salute sono **informazioni** sui trattamenti.”

IN INGLESE: “Information”

M

MISURARE

significa osservare quanto ce n'è o quanti ce ne sono di qualcosa.

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno confrontato cosa succede a dormire o meno sotto una zanzariera. Poi hanno **misurato** quante persone si ammalavano di malaria.”

IN INGLESE: “To measure”

N

Un confronto NON GIUSTO fra i trattamenti

è un confronto in cui ci sono altre differenze importanti tra i gruppi oltre ai trattamenti stessi.

CONTRARI: “Giusto confronto” → Vedi “G”.

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno confrontato cosa succede a dormire o meno sotto una zanzariera. Le persone nel primo gruppo, però, vivevano in un’area dove c’erano molte poche zanzare. Questo è un confronto **non giusto** perché c’è un’importante differenza tra i gruppi oltre ai trattamenti stessi.”

IN INGLESE: “An unfair comparison”

P

Un **PROFESSORE**

è un insegnante o un ricercatore dell’università.

ESEMPIO: “Il **Professor** Giusto e la **Professoressa** Confronto insegnano all’università. Loro insegnano agli allievi che studiano per diventare medici e ricercatori della salute. I **Professori** fanno anche ricerca sulla salute.”

IN INGLESE: “Professor”

R

RICERCA

è lo studio attento di qualcosa per saperne sempre di più.

SINONIMI: “Scienza”

ESEMPIO: “Il Professor Giusto e la Professoressa Confronto fanno **ricerca** sui trattamenti per saperne di più sui loro effetti.”

IN INGLESE: “Research”

La **RICERCA SULLA SALUTE**

è lo studio attento della salute per saperne sempre di più.

ESEMPIO: “I ricercatori della salute hanno confrontato attentamente cosa succede a dormire o meno sotto una zanzariera. Attraverso la **ricerca sulla salute**, hanno fatto scoperte sugli effetti che ha dormire sotto una zanzariera.”

SINONIMI: “Scienza della salute”

IN INGLESE: “Health research”

Un RICERCATORE

è qualcuno che studia attentamente qualcosa per saperne sempre di più.

SINONIMI: “Scienziato”

ESEMPIO: “Il Professor Giusto e la Professoressa Confronto sono **ricercatori** che studiano i trattamenti per saperne sempre di più sui loro effetti.”

IN INGLESE: “Researcher”

Un RICERCATORE DELLA SALUTE

è qualcuno che studia attentamente la salute per saperne sempre di più.

ESEMPIO: “Alcuni **ricercatori della salute** studiano gli effetti dei trattamenti sulla nostra salute. Per esempio, essi hanno confrontato attentamente cosa succede a dormire o meno sotto una zanzariera. Attraverso il confronto, hanno fatto scoperte sugli effetti che ha dormire o meno sotto una zanzariera.”

SINONIMI: “Scienziato della salute”

IN INGLESE: “Health Researcher”

S

La tua SALUTE

è quanto bene stanno il tuo corpo e la tua mente.

ESEMPIO: “La **salute** di Julie è buona perché lei non ha malattie o infortuni. John ha un’infezione, quindi la sua **salute** è peggiore di quella di Julie.”

IN INGLESE: “Health”

SCIENZA

→ Vedi “Ricerca”

SCIENZA DELLA SALUTE

→ Vedi “Ricerca sulla salute”

SCIENZIATO

→ Vedi “Ricercatore”

SCIENZIATO DELLA SALUTE

→ Vedi “Ricercatore della salute”

Una **SCOPERTA** successiva a un confronto

è una differenza o una somiglianza riscontrata grazie al confronto.

ESEMPIO: “La **scoperta** dei ricercatori della salute consisteva nel riscontro che, tra coloro che dormivano sotto una zanzariera, meno persone si ammalavano di malaria.”

IN INGLESE: “Finding”

SCOPRIRE qualcosa dopo un confronto

significa trovare una differenza o una somiglianza grazie al confronto.

ESEMPIO: “I ricercatori della salute **hanno scoperto** che le persone che dormivano sotto una zanzariera si ammalavano meno di malaria.”

IN INGLESE: “To find”

Essere **SICURO** degli effetti di un trattamento

significa che hai pochissimi dubbi sugli effetti di un trattamento.

SINONIMI: “Certo” o “Confidente”

ESEMPIO: “Non possiamo essere completamente **sicuri** degli effetti della maggior parte dei trattamenti.”

CONTRARI: “Insicuro o “Incerto”

IN INGLESE: “Sure”

Uno **SVANTAGGIO** di un trattamento

è qualcosa che si pensa sia non favorevole a proposito di quel trattamento.

CONTRARI: “Vantaggio” → Vedi “V”

ESEMPIO: “Gli effetti negativi di un trattamento sono **svantaggi** di quel trattamento. Un altro **svantaggio** di alcuni trattamenti è che sono molto costosi.”

IN INGLESE: “Disadvantage”

T

Un **TRATTAMENTO**

è qualcosa che fai per la tua salute.

ESEMPIO: “Indossare occhiali è un **trattamento.**”

IN INGLESE: “Treatment”

V

Un **VANTAGGIO** *di un trattamento*

è qualcosa che si pensa sia favorevole a proposito di quel trattamento.

CONTRARI: “Svantaggio” → Vedi “S”

ESEMPIO: “Gli effetti positivi di un trattamento sono **vantaggi** di quel trattamento. Un altro **vantaggio** di alcuni trattamenti è che costano poco o niente.”

IN INGLESE: “Advantage”



Ricorda!

Rifletti attentamente prima di decidere se usare un trattamento.

La maggior parte dei trattamenti ha effetti sia positivi che negativi.

Quello che qualcuno dice su un trattamento può essere sbagliato.



AFFERMAZIONI sui trattamenti

*Quando senti un'affermazione sull'effetto di un trattamento, devi sempre chiederti: **Qual è la base dell'affermazione?***

Se la base dell'affermazione è scorretta, allora l'affermazione è inaffidabile. Queste sono basi scorrette per le affermazioni sugli effetti di un trattamento:

1. L'esperienza personale di qualcuno che ha usato un trattamento.
2. Da quanto tempo il trattamento viene usato o quante persone lo hanno usato.
3. Quanto il trattamento è costoso o quanto è nuovo.
4. Quello che dice una persona che vende un trattamento.
5. L'opinione di un esperto su un trattamento, se questa non è basata su giusti confronti.

CONFRONTI fra i trattamenti

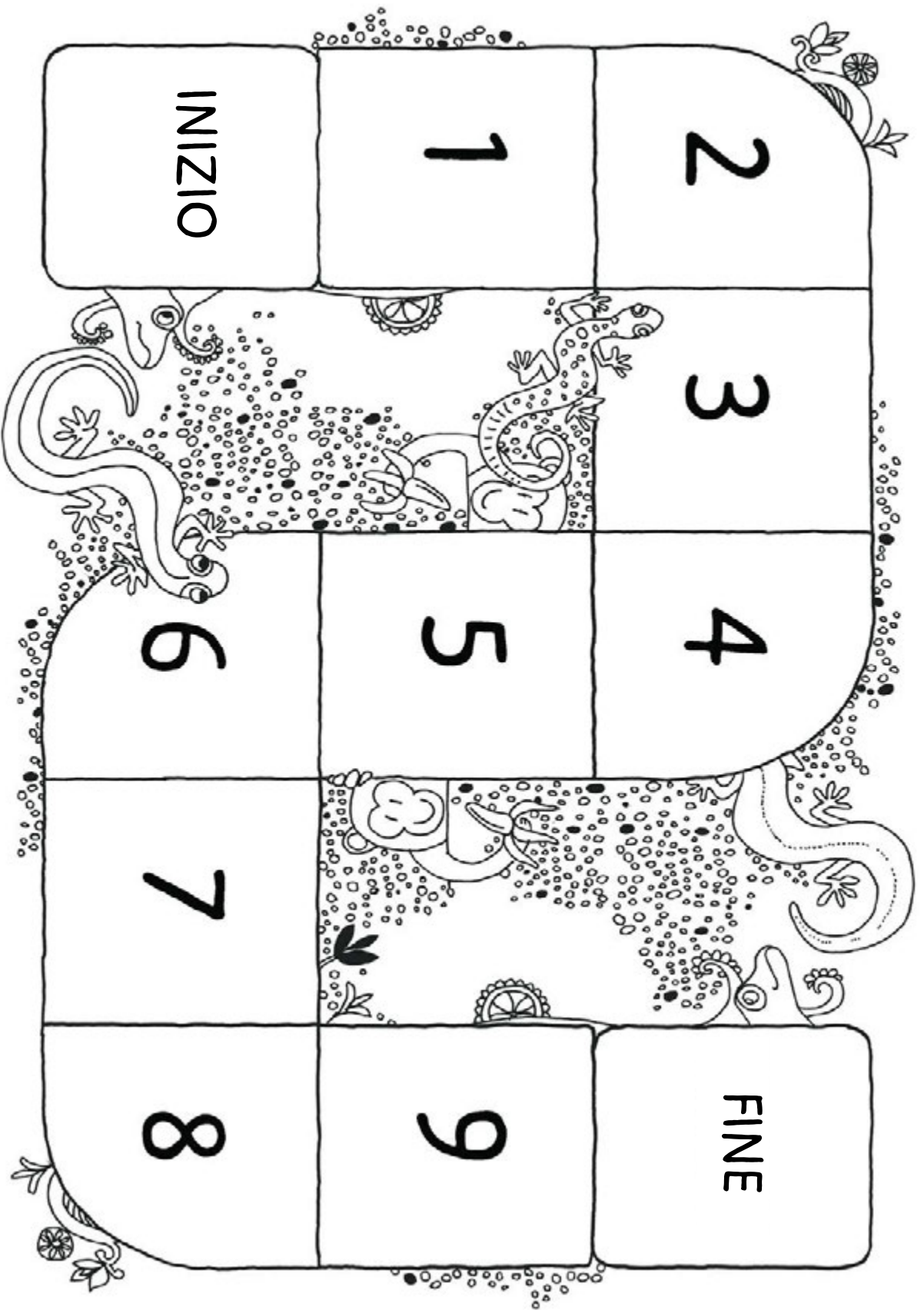
Se la base di un'affermazione è corretta, allora l'affermazione è affidabile. I giusti confronti sono una base corretta per le affermazioni sugli effetti dei trattamenti. Ecco come i ricercatori della salute fanno giusti confronti:

1. Confrontano un trattamento con un altro trattamento o con nessun trattamento.
2. Decidono grazie al caso chi riceverà un trattamento (es. lanciando una moneta).
3. Fanno in modo che nessuno sappia chi ha ricevuto quale trattamento fino alla fine.
4. Danno i trattamenti a molte persone, così che i risultati del confronto non siano dovuti al caso.

DECISIONI sui trattamenti:

Quando devi decidere se usare un trattamento, chiediti sempre:

- **Quali sono i vantaggi e gli svantaggi del trattamento?**
 - **Cos'è più importante per me?**



INIZIO

1

2

3

6

5

4

7

9

FINE

8