

REPOSITORI D'ACTIVITATS



Repositori d'activitats

A continuació, es presenta una taula que detalla les activitats proposades per explorar cada factor que influeix en les decisions sobre la vacunació. Cada activitat es descriu breument per oferir una visió general del seu propòsit i implementació.

<u>Activitat 1: El viatge de les vacunes</u>
A través d'una gimcana, l'alumnat recorre les sis fases de desenvolupament d'una vacuna per entendre és un procés llarg i segur abans d'arribar a la població.
<u>Activitat 2: Què son les vacunes i com es fan?</u>
L'alumnat visualitza un vídeo on estudiants de 5è expliquen conceptes bàsics sobre les vacunes i, tot seguit, respon un qüestionari per afavorir la comprensió i la reflexió.
<u>Activitat 3: Estratègies de vacunació</u>
L'alumnat descobreix què és la immunitat col·lectiva a través d'un vídeo introductori. Es realitza una simulació del contagi d'una malaltia, que pot fer-se amb targetes (intercanvi d'informació) o amb un petit experiment (intercanvi de preparacions).
<u>Activitat 4: Observa, debat i decideix</u>
L'alumnat visualitza un vídeo sobre la vacunació i respon preguntes inicials per reflexionar sobre les conseqüències de no vacunar-se. Tot seguit, participa en un joc de Discussion Continuum, debatent en grups diversos aspectes relacionats amb la vacunació.
<u>Activitat 5: Vacunes per a tothom</u>
L'alumnat veu un vídeo sobre la distribució desigual de les vacunes i reflexiona en grup sobre aquesta situació. Tot seguit, crea pòsters/murals amb missatges de justícia en salut mundial i proposa accions i compromisos personals.
<u>Activitat 6: Superar la por a les agulles</u>
A través de la reflexió, tècniques de relaxació i exercicis de consciència, l'alumnat explorarà estratègies per gestionar la por a les agulles.
<u>Activitat 7: Barreres de gènere a la vacunació</u>
L'alumnat reflexiona sobre les barreres de gènere en l'accés a la vacunació a través d'una pluja d'idees, treballa en petits grups analitzant situacions concretes i proposa possibles solucions, i finalment comparteix les seves conclusions amb la classe.
<u>Activitat 8: L'edat i l'educació influeixen en la vacunació?</u>
L'alumnat investiga com l'edat i el nivell educatiu poden influir en la decisió de vacunar-se, formulant primer hipòtesis i després comprovant-les amb dades reals de l'enquesta <i>Understanding Coronavirus in America</i> .

Activitat 1: El viatge de les vacunes!

Objectiu	Temps: 1h
Descobrir les fases de desenvolupament d'una vacuna.	Materials: - Cartolines o fulls DIN-A3 per senyalitzar cada estació. - Un passaport per a cada grup - Sobres amb les proves (endevinalles, trencaclosques, preguntes curtes). - Adhesius o gomets per marcar que han completat cada estació al passaport.

Desenvolupament de l'activitat

Informació per a docents:

Aquesta activitat pretén que l'alumnat descobreixi les fases de desenvolupament d'una vacuna mitjançant una gimcana amb diferents estacions on trobaran reptes senzills i divertits. Abans d'explicar el desenvolupament de l'activitat, us proporcionem una Informació teoria breu per a que sapigueu els continguts que es treballen i els pugueu transmetre a l'alumnat.

Les vacunes no apareixen d'un dia per l'altre: segueixen un procés llarg i molt controlat per assegurar que siguin segures i eficaces. Aquestes son les fases d'aquest procés:

Fase 1. Investigació al laboratori 🧪

- Els científics busquen com funciona el virus i com es pot aturar.
- Aquí es dissenya la primera idea de vacuna.

Fase 2. Proves en animals 🐹

- Abans de donar-la a persones, es comprova amb animals petits (com ratolins).
- Serveix per veure si pot ser segura i si activa defenses.

Fase 3. Proves amb poques persones 👤

- Primeres proves en un grup molt reduït de voluntaris sans.
- Objectiu: comprovar que és segura en humans i quina dosi és millor.

Fase 4. Proves amb més gent 👥

- Es fan estudis amb centenars o milers de persones.
- S'avalua si la vacuna **funciona bé** i continua sent segura.

Fase 5. Aprovació i distribució ✅

- Les autoritats de salut (com l'Agència Europea del Medicament) revisen totes les dades.
- Només si compleix els requisits s'autoritza la seva producció i ús.

Fase 6. Vacunació a la població 💉

- Finalment, la vacuna arriba a hospitals i centres de salut.
- Les persones reben la vacuna i queden protegides.

Idees clau a transmetre als infants

- El procés és **llarg i segur**: pot durar 12-14 anys.
- Es fan **moltes comprovacions** per protegir la salut de tothom.
- Una vacuna passa per **moltes fases** abans que la pugui rebre la població.
- Gràcies a això, les vacunes són una de les eines més segures i efectives en salut pública.

(5 minuts) Explicació de l'activitat

Feu grups de 5-6 alumnes i expliqueu-los aquesta petita història:

Hola, exploradors i exploradores científiques!

Fa uns mesos ha aparegut un nou virus misteriós que està començant a estendre's pel món. Els científics i científiques d'arreu s'han posat a treballar per trobar una vacuna que ens protegeixi.

Però hi ha un problema: el procés és llarg i té moltes fases. Necessiten ajuda!

Vosaltres sou un equip secret de joves investigadors. La vostra missió és recórrer totes les fases del desenvolupament d'una vacuna, superant proves i reptes a cada estació.

A cada fase aconsegiu una pista o un segell per al vostre Passaport de la Vacuna.

Només si completeu totes les fases (de l'1 a la 6) aconsegiu acabar la vacuna i protegir la comunitat contra el virus.

Esteu preparats i preparades per salvar el món?

(45 min) Gimcana

El funcionament de la gimcana és el següent:

- Es reparteix a cada grup el passaport on es marcarà cada estació superada.
- Els grups han d'anar passant per les estacions en ordre, però no cal que tots comencin per la primera estació. Poden començar per la 4 i després seguir a la 5 i així successivament.
- Quan acaben una estació, reben la pista del lloc de la següent. Això caldrà adaptar-ho a cada cas.
- A cada estació, quan superen la prova, reben un gomet al lloc corresponent del passaport.

Estacions:

Aquestes son les estacions de la gimcana. Es poden fer de manera que es gestionin de manera autònoma o que hi hagi una persona en cada estació. En aquest cas, potser podeu demanar suport a altres docents, a alumnes més grans de l'escola o a les famílies.

1. Laboratori 🧪

- **Repte:** muntar un petit puzzle (4-6 peces) amb el dibuix d'una proveta i la paraula "Investigació".
- **Missatge clau:** *Les vacunes comencen en un laboratori, on els científics investiguen com fer-les segures.*

2. Proves en animals 🐶

- **Repte:** endevinar una endevinalla senzilla (per ex. "Petit i amb bigotis, corre pels racons i li agrada el formatge. Qui sóc?" → Ratolí).
- **Missatge clau:** *Abans de provar-les en persones, les vacunes es comproven amb animals per assegurar que no són perilloses.*

3. Proves amb poques persones 👤

- **Repte:** respondre una pregunta curta: *Per què creus que es prova primer amb poques persones i no amb moltes?* (Resposta esperada: per comprovar que és segura).
- **Missatge clau:** *Només unes quantes persones reben la vacuna al principi, per comprovar que és segura.*

4. Proves amb més gent 👥

- **Repte:** joc de memòria amb 6 targetes (síntoma ↔ malaltia). Quan completen les tres parelles, han guanyat la prova.
- **Missatge clau:** *Quan la vacuna sembla segura, es prova amb moltes persones per veure si funciona bé.*

5. Aprovació i distribució ✅

- **Repte:** han de trobar dins un sobre el "segell verd" (un cercle verd de cartolina amb el símbol ✅).
- **Missatge clau:** *Les autoritats de salut revisen totes les dades i donen l'autorització.*

6. Vacunació

- **Repte final:** han de trobar l'intrús en cadascuna de les imatges, de la mateixa manera que les autoritats vigilen si hi ha algun cas singular d'efectes secundaris de la vacuna que no s'hagués detectat abans.
- **Missatge clau:** *Finalment, la vacuna arriba a tota la població i ens protegeix. Tot i així, les autoritats segueixen vigilant per si passa alguna cosa.*

(5 min) Tancament de la gimcana

Al final, es comprova que tots els grups han passat per totes les proves i es fa una posada en comú per repassar totes les fases i remarcar la importància del procés.

MATERIALS

Passaport:

Passaport vacunes

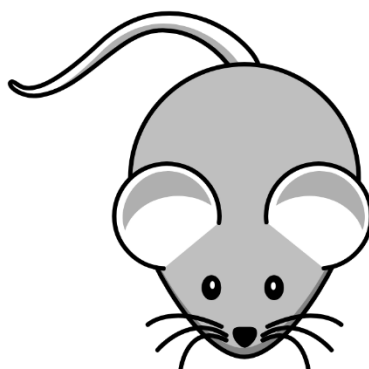
1	2	3
4	5	6

Cartells prova:

Fase 1



Fase 2



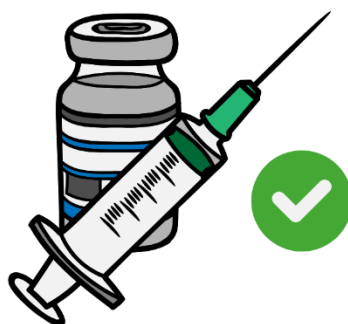
Fase 3



Fase 4



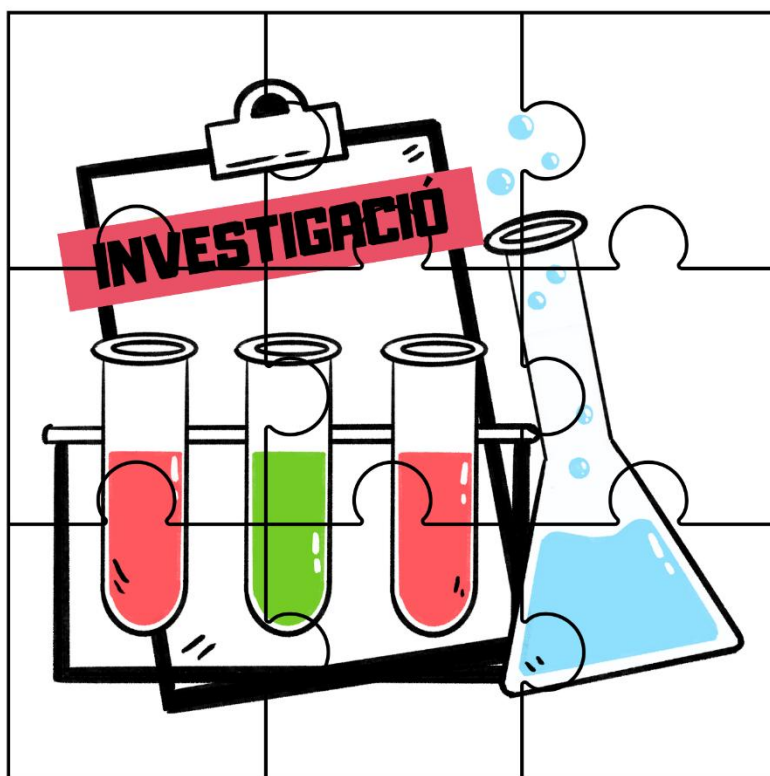
Fase 5



Fase 6



Material per les estacions:



Endevinalla

Petit i amb bigotis,
corre pels racons i li
agrada el formatge.

Qui sóc?

Pregunta

**Per què creus que es
prova primer amb
poques persones i no
amb moltes?**



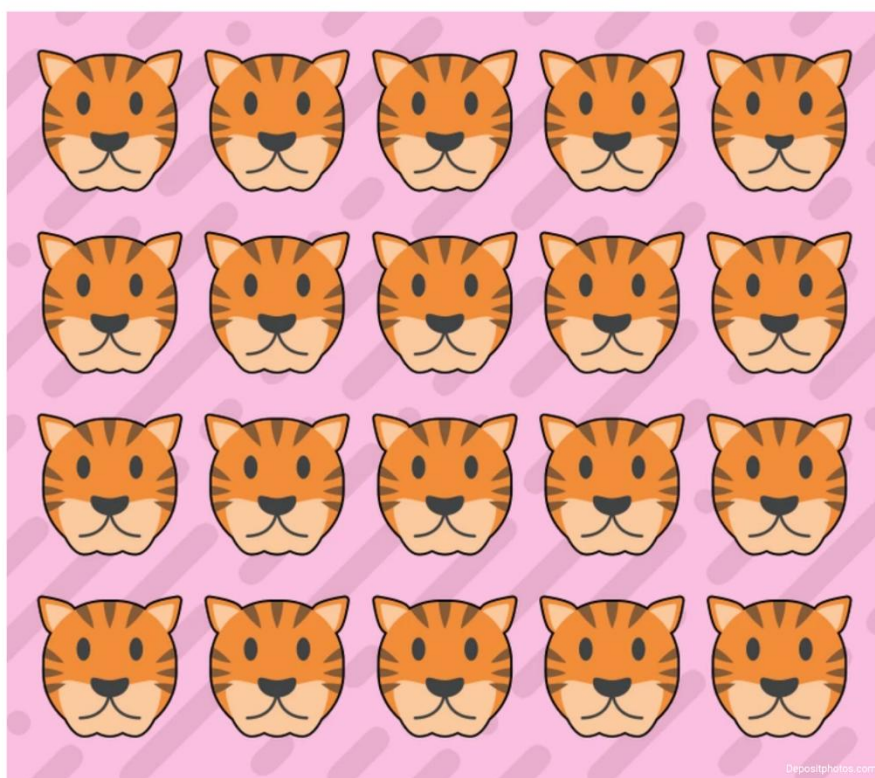
Verola



Grip



Rotavirus





Activitat 2: Què son les vacunes i com es fan?

Objectiu	Temps: 1h
- Aprofundir en el coneixement sobre les vacunes. - Comprendre el procés de recerca implicat en el desenvolupament de noves vacunes.	Materials: Reproductor de vídeo i qüestionari

Desenvolupament de l'activitat

Els i les alumnes visualitzaran un vídeo que mostra l'alumnat de 5è d'una escola explicant diversos conceptes sobre les vacunes que han treballat a classe. Després de la visualització, respondran un conjunt de preguntes guiades dissenyades per ajudar-los a analitzar i reflexionar sobre el contingut i, opcionalment, podran intentar dibuixar un esquema de les fases de desenvolupament d'una vacuna.

(20 minuts) Mirar el vídeo

- a. [Què en sabeu, de les vacunes?](#)

(40 minuts) Qüestionari sobre el vídeo

Després de veure els vídeos, respon atentament les següents preguntes basant-te en la informació presentada:

Preguntes sobre el vídeo a)
1. Què és una vacuna?
2. Què té la vacuna a dins?
3. Què passaria si no t'has vacunat/da?
4. Podries descriure breument els passos per a crear una vacuna?
5. Quant és triga més o menys a fer una vacuna?
6. Com la posen?
7. Pot tenir efectes secundaris?

Proposta de solucionari:

Preguntes sobre el vídeo a)	
1. Què és una vacuna?	<i>Una vacuna és un preparat que es pot injectar que ajuda al teu cos a defensar-se contra virus o bacteries. Serveix per prevenir o reduir la malaltia, però no per curar. Conté el microorganisme (virus o bactèria) vius o morts o parts d'ell perquè el cos pugui fabricar anticossos i, quan et contagiïs de veritat, et puguis defensar més fàcilment.</i>
2. Què té la vacuna a dins?	<i>La vacuna conté el microorganisme (virus o bactèria) vius debilitats o morts o parts d'ell.</i>
3. Què passaria si no t'has vacunat/da?	<i>Si no estàs vacunat/da, és més fàcil que agafis la malaltia i que et posis més malalt/a que una persona que sí que està vacunada.</i>
4. Podries descriure breument els passos per a crear una vacuna?	- Primer, els científics investiguen molt. - Després, proven la vacuna amb animals. - Si funciona, la proven amb poques persones sanes. - Després, amb més persones per assegurar-se que és segura i funciona bé. - Quan ja està comprovada, es fabrica en grans quantitats perquè tothom la pugui tenir.
5. Quant és triga més o menys a fer una vacuna?	<i>Fer una vacuna pot trigar molts anys, normalment entre 12 i 14. Però, si hi ha molta urgència, a vegades s'aconsegueix abans.</i>
6. Com la posen?	Normalment la posen amb una punxada (injecció) al braç.
7. Pot tenir efectes secundaris?	- Dolor a la zona de la punxada - Mal de cap - Febre

Activitat 3: Estratègies de vacunació

Objectiu	Durada: 1h (parts a i b) + 1h (saber-ne més)
• Coneix les estratègies de vacunació • Apreneu què és la immunitat col·lectiva i com funciona.	Materials: Enllaços de recursos multimèdia: Aprova una nova vacuna i e-Bug , material experimental detallat al desenvolupament (opcional)

Desenvolupament de l'activitat

En aquesta activitat es treballa el concepte d'immunitat col·lectiva i l'impacte que pot tenir en aquesta l'estratègia de vacunació que s'apliqui.

(10 min) Què és la immunitat col·lectiva?

En primer lloc, projecteu el vídeo que trobareu en el recurs educatiu "[Aprova una nova vacuna](#)" a l'edifici de l'Agència de Salut Pública. Per entrar-hi caldrà que poseu la contrasenya del Wi-Fi que és "John Snow" i us identifiqueu amb un nom. A continuació, podreu reproduir-lo.

Després de veure el vídeo a l'aplicació, demana al grup classe que construeixi una definició amb les seves pròpies paraules sobre què és la immunitat col·lectiva.

Possible resposta: la immunitat col·lectiva es produeix quan un gran percentatge de la població es torna immune a una malaltia a través de la vacunació, cosa que dificulta la propagació de la malaltia. Això protegeix fins i tot aquells que no són immunes, com ara gent gran, nadons o persones immunodeprimides que no es poden vacunar, ja que les possibilitats d'un brot disminueixen significativament.

(40 min) Simulació de la immunitat col·lectiva

Teniu dues opcions d'activitats. Les dues simulen el contagi d'una malaltia, però amb mètodes diferents. La primera utilitza intercanvis de targetes i la segona utilitza intercanvis de preparacions amb diferents pHs. Podeu escollir la que més s'adapti a les vostres necessitats:

1. Simulació amb targetes

L'activitat d'e-Bug prové d'un programa d'educació sanitària operat per l'Agència de Seguretat Sanitària del Regne Unit. Per accedir a tots els materials necessaris, seguiu aquest [enllaç](#)

Aquesta activitat introdueix els i les estudiants el concepte de vacunació explorant el seu paper en la prevenció de malalties, la immunitat col·lectiva i la salut pública. A través d'una simulació i debats interactius, els i les estudiants analitzen la importància de les altes taxes de vacunació.

2. Simulació experimental

Aquesta opció pot requerir més tems per a la seva implementació, tingueu-ho en compte alhora de programar-la.

L'objectiu d'aquest experiment és simular el contagi d'una malaltia infecciosa (com la Covid-19, la grip estacional o qualsevol altra malaltia transmesa per via aèria) en un grup de persones mitjançant un experiment que permet visualitzar el risc de contagi, localitzar el cas índex (pacient zero) així com determinar la cadena de transmissió i quantificar l'augment de la incidència de persones infectades dintre del grup.

Material necessari

- Una **gradeta** per alumne
- 2 **tubs d'assaig** per alumne
- **pipetes** Pasteur
- **Aigua** de l'aixeta
- **Àcid**: solució de HCl 0,001M o alternatives naturals: vinagre de vi blanc o de poma, suc de llimona colat.
- **Indicador de pH**: blau de bromotimol o alternatives "naturals" com l'extracte de col llombarda (protocol de preparació al [Material 7](#)).

Aspectes tècnics a tenir en compte:

- L'aigua de la aixeta convé que sigui bàsica. En cas de dubte es pot preparar una solució d'aigua de l'aixeta amb NaOH molt diluït per garantir un pH bàsic.
- Les pipetes Pasteur i els tubs d'assaig han d'estar molt nets per evitar problemes de contaminació que afectarien el pH final.
- Els tubs d'assaig de cada alumne (2 per alumne) han d'estar preparats i retolats amb anterioritat a la realització de la pràctica.

Tasques de el/la docent abans de la sessió:

- Preparació del material: preparar una gradeta amb 2 tubs d'assaig per alumne, en els quals ha d'escriure una C a un dels tubs (control) i una P (prova) a l'altre, que contindran la mateixa quantitat d'aigua de l'aixeta. Afegir l'àcid als tubs C i P d'una de les gradetes, que serà per l'alumne "pacient índex".
- Preparar la solució de l'indicador de pH

A l'aula:

1. Repartiment del material
2. Experiment de simulació del contagi: L'experiment consisteix en fer intercanvi de líquids ordenadament i prendre nota del nom dels companys amb els quals han fet intercanvi i l'ordre en una taula com la següent:

Nom de l'alumne	Nom del contacte 1	Nom del contacte 2	Nom del contacte 3

Al final, cal omplir un quadre resum del grup a la pissarra amb el nom de cada alumne/a participant i el nom dels companys/es amb els que han fet intercanvis i l'ordre en el qual s'han fet.

Nom de l'alumne	Nom del contacte 1	Nom del contacte 2	Nom del contacte 3
...			

3. Simulació del cribratge per determinar si s'han infectat: afegim a cada tub P una gota de la solució de l'indicador de pH blau de bromotimol amb la pipeta Pasteur especial per a aquesta solució. Les solucions no infectades són blaves (pH bàsic) i les solucions infectades són grogues (pH àcid) o verdes (pH neutre). Si utilitzeu suc de llimona (pH=2) la solució es tornarà taronja-vermella mentre que el vinagre (pH=4) es tornarà groguenca. Les solucions no infectades (pH bàsic) es tornaran blavoses/liles si s'utilitza l'extracte de col llombarda.

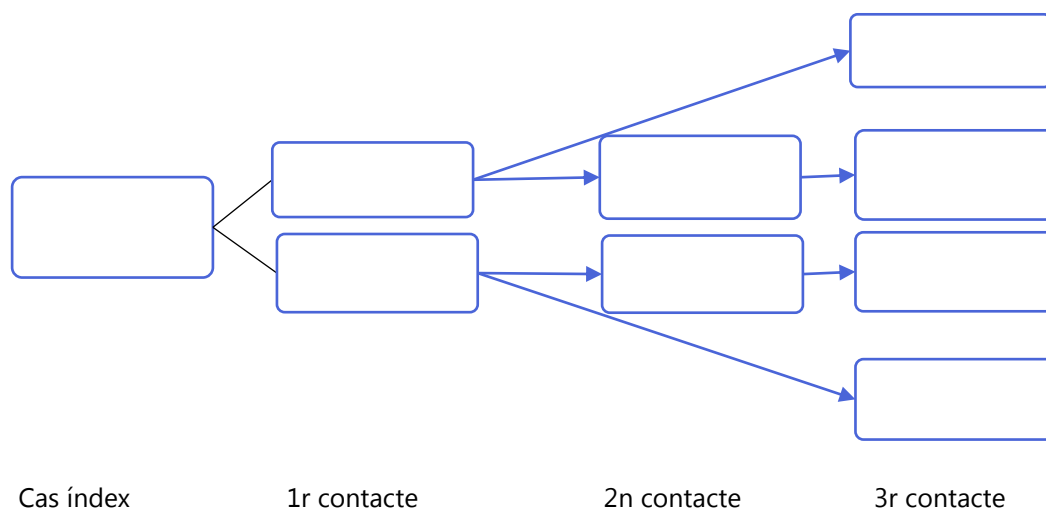
Per tal de continuar la sessió següent és important que l'alumnat anoti la taula de la pissarra i marqui les persones infectades.

4. Determinació de la ruta de transmissió i identificació del cas índex: a partir de les dades anteriors els/les alumnes han de deduir qui és l'alumne font de la infecció, determinar la **ruta de transmissió**. Per fer-ho caldrà que simplifiquin la taula de contactes mantenint només les persones infectades:

Persona infectada	Nom del contacte 1	Nom del contacte 2	Nom del contacte 3
...			

En segon lloc, el/la docent afegirà revelador de pH a cadascun dels tubs control per **determinar el cas índex** o pacient zero, que és la font de contagi en la nostra simulació.

Finalment, es definirà la ruta de transmissió del nostre experiment. Es pot fer servir un esquema com aquest:



Activitat 4: Observa, debat i decideix

Objectiu	Durada: 1h
Reflexionar sobre l'ètica de la vacunació	Materials: ordinador o tauleta, targetes <i>Discussion Continuum</i>

Desenvolupament de l'activitat

En aquesta activitat, l'alumnat visualitzarà un vídeo titulat "*És ètic estar en contra de la vacunació?*" i respondrà unes preguntes que els ajudaran a interactuar amb el contingut. Aquestes preguntes també seran útils per preparar els jocs de debat de l'activitat 3.2.

(5 minuts) Veure el vídeo

Enllaç: "[Síria: vacunes contra la polio](#)"

(10 minuts) Preguntes per a l'alumnat

Llencem algunes preguntes a l'alumnat per copsar si han entès el vídeo i escoltar quines idees tenen sobre com gestionar la prevenció de la Pòlio. Aquestes tres preguntes son orientatives, en podeu afegir d'altres.

- Què pot passar si es deixa de vacunar als infants de la Pòlio?
- Ha passat en algun país? Per què?
- Com evitaríeu que la Pòlio tornés a aparèixer al vostre país?

(40 min) *Discussion continuum*

En aquesta activitat, proposem un joc grupal per explorar qüestions ètiques, legals i socials al voltant de la vacunació. Per jugar, dividiu els participants en grups de 4-6 persones: la meitat jugarà a *Discussion Continuum* i l'altra meitat jugarà a *Play Decide*.

Per començar, llegiu atentament les instruccions del joc. No dubteu a ajustar-ne la durada limitant el nombre de cartes. Recomanem seleccionar un màxim de 10 cartes per tal de simplificar el desenvolupament de l'activitat.

En aquest joc, els grups discutiran i seleccionaran un conjunt de cartes segons les seves opinions sobre la vacunació. Un cop hagin arribat a un consens dins del grup, compararan els seus resultats amb els d'altres grups i debatran la col·locació de les cartes. Es farà una fotografia de l'ordre final i es comentaran les cartes que hagin generat més controvèrsia.

Contingut:

- Una targeta **D'ACORD** i una targeta **EN DESACORD**
- 15 cartes de discussió** amb declaracions sobre temes relacionats amb la vacunació

Regles del joc:

- Els jugadors es divideixen en grups reduïts (de 4 a 12 membres). Cada grup rep una targeta D'ACORD, una targeta EN DESACORD i les targetes de discussió.
- Les targetes D'ACORD i EN DESACORD es col·loquen a un metre de distància, representant els dos extrems d'un continu. Les targetes de discussió es col·locaran entre aquestes dues, segons les opinions dels participants.
- El primer alumne llegeix la primera targeta de discussió i s'assegura que tothom la compregui.

4. L'estudiant que llegeix la targeta decideix on col·locar-la al continu (més a prop de D'ACORD o de EN DESACORD) en funció de la seva opinió personal, sense debat. Si ho considera necessari, pot proporcionar una justificació per a la seva elecció.
5. Els altres estudiants, un per un, llegeixen les targetes de discussió restants, assegurant-se que tothom les entengui. A continuació, col·loquen cada targeta en el continu, explicant els motius de la seva elecció.
6. Un cop totes les cartes estiguin col·locades al continu, el grup discuteix on s'ha de situar cada targeta. Els estudiants poden proposar moure-les, sempre justificant el seu raonament. L'objectiu és arribar a un consens sobre l'ordre final, amb les cartes posicionades entre D'ACORD i EN DESACORD.
7. Si diversos grups juguen simultàniament, el professor pot comparar els resultats entre grups. Són similars els acords? Pot un representant de cada grup explicar el raonament per a una targeta en particular? Hi hagut desacords dins dels grups? Quins han sigut els motius?

Adaptació del joc:

Si el temps és limitat, podeu reduir el nombre de targetes de discussió o utilitzar-les només com a punts de partida per a la discussió.

Material *Discussion Continuum*

D'ACORD

EN
DESACORD

Targeta de discussió 1 "Els governs haurien de fer obligatòria la vacunació ja que l'erradicació de malalties només es pot aconseguir quan una majoria gran de la població està vacunada"	Targeta de discussió 2 "Les autoritats sanitàries haurien de poder obligar a vacunar les criatures on hi ha un brot d'infecció i, per tant, on la immunitat col·lectiva està en risc"
Targeta de discussió 3 "S'ha d'obligar a vacunar contra les malalties que s'han erradicat per evitar el seu ressorgiment"	Targeta de discussió 4 "És just que la immunitat col·lectiva protegeixi a tothom, els que es vacunen i els que no"
Targeta de discussió 5 "Els missatges de salut haurien de destacar que la vacunació és un acte de solidaritat, ajudant a protegir els que no es poden vacunar"	Targeta de discussió 6 "El govern hauria de pagar totes les vacunes disponibles efectives, no només les del calendari de vacunació estàndard"
Targeta de discussió 7 "Les persones que decideixen no vacunar-se i després s'infecten haurien de cobrir els costos del seu tractament"	Targeta de discussió 8 "El pediatre ha d'explicar tant els beneficis com els possibles efectes secundaris, que, en casos extremadament rars, podrien ocórrer per poder prendre una decisió més informada sobre la vacunació"

Targeta de discussió 11 "La indústria farmacèutica pot influir perquè s'incloguin les seves vacunes als calendaris de vacunació"	Targeta de discussió 12 "El govern hauria de treballar per educar i convèncer les famílies perquè es vacunin en lloc d'obligar-les a fer-ho"
Targeta de discussió 13 "La vacunació dels professionals sanitaris hauria de ser obligatòria, donat el seu paper potencial com a portadors de malalties, com la grip, per a persones d'alt risc, incloses les persones grans i les persones amb malalties cròniques"	Targeta de discussió 14 "Com que els nens generen defenses després d'infectar-se de manera natural, no calen certes vacunes"

Activitat 5: Vacunes per a tothom

Objectiu	Durada: 1h 30min
Reflexionar sobre els factors ètics, legals i socials implicats en la vacunació	Materials: Reproductor de vídeo, cartolines i material per pintar

Desenvolupament de l'activitat

Per al desenvolupament d'aquesta activitat es proposen dues parts: el visionat d'un vídeo sobre els aspectes de la distribució desigual de les vacunes i la reflexió sobre aquesta situació.

(5 minuts) Presentació de l'activitat i visionat del vídeo

Explica als alumnes que veuran un vídeo breu on Greta Thunberg explica una situació injusta: mentre en alguns països rics 1 de cada 4 persones ha estat vacunada, en països pobres només 1 de cada 500 ha rebut la vacuna.

Mireu el vídeo següent: "[Greta Thunberg i les vacunes als països pobres](#)".

(10 min) Debat inicial a pluja d'idees

Obriu un petit debat a l'aula:

- Què us ha cridat més l'atenció?
- Com us senti al veure aquesta informació?
- Penseu per què aquesta desigualtat existeix i quina importància té repartir les vacunes entre tots.

(35) Pòsters contra la injustícia

Cada grup rep una cartolina per crear un mural amb:

- Una frase o eslògan sobre la justícia en la salut mundial (ex: "Vacunes per a tothom!")
- Dibuixos o gràfics que comparin la vacunació entre països rics i pobres (utilitzant xifres com 1 de cada 4 vs 1 de cada 500)
- Propostes d'accions que podrien ajudar a equilibrar aquesta situació (ex: compartir vacunes, donar suport a programes com COVAX, conscienciar altres persones).

(15 min) Presentació dels murals

Cada grup ensenya el seu mural, explica el missatge i les propostes.

(15 min) Tancament i compromís personal:

Cada alumne escriu en una targeta: "Jo puc ajudar...", amb una acció concreta (ex: explicar als amics, fer un dibuix, parlar amb la família, estalviar diners per donar, etc.). Amb aquestes targetes, feu un mural col·lectiu final o un mural a l'aula per recordar el vostre compromís.

Activitat 6: Superar la por a les agulles

Objectiu	Durada: 50 min
- Reconèixer l'existència de la fòbia a les agulles - Aprendre tècniques i eines per ajudar a superar la por a les agulles	Materials: Cap

Desenvolupament de l'activitat

Aquesta activitat explora diverses tècniques per ajudar a superar la por a les agulles i té com a objectiu ajudar a l'alumnat a entendre què passa amb les persones que experimenten aquesta fòbia. Els mètodes proposats es poden practicar individualment, però també es poden adaptar a un entorn grupal.

Ha estat adaptat de: [Needle phobia and overcoming your fear](#) per l'NHS Foundation Trust.

(5 minuts) Introducció

Comenceu exposant a l'alumnat el contingut següent:

"Hi ha persones que tenen molta por quan pensen en agulles o injeccions. Algunes fins i tot es maregen o es poden desmaiar. Això passa perquè el cor bateja més ràpid i després més lent de cop, i això fa que ens falti energia i caiguem rodons.

Altres persones no arriben a desmaiar-se, però noten nervis, ansietat o por només de pensar-hi. I això és molt normal!

Ara us pregunto: **com penseu que es pot superar la por a les agulles?"**

Es fa una **pluja d'idees** i si cal el docent pot donar pistes:

- Dir-li al metge o infermera que tens por: et poden parlar i distreure.
- No passa res si mostres que tens por, ningú no et jutjarà.
- Recordar què t'ha ajudat en altres moments (respirar, mirar cap a un altre costat...).
- Aprendre a respirar o a tensar el cos per sentir-te millor.

(10 minuts) Tècniques de suport a la pràctica

Aquí, l'alumnat practicarà dues tècniques efectives per gestionar la seva por a les agulles.

1. Tècnica de fer força amb els músculs (tensió aplicada)

Aquesta tècnica ajuda a no marejar-se

1. Seieu bé a la cadira.
2. Apreteu fort els braços, les cames i la panxa durant uns segons, fins que noteu calor a la cara.
3. Després, deixeu anar i relaxeu-vos.
4. Espereu uns segons i torneu-ho a fer.
5. Repetiu-ho unes 5 vegades.

2. Respiració tranquil·la

Aquesta tècnica ajuda a calmar els nervis.

1. Seieu amb l'esquena recta i relaxada.
2. Poseu una mà a la panxa.
3. Inspireu pel nas fent que la panxa s'infli, i traieu l'aire suaument per la boca.
4. Feu-ho 5 vegades, a poc a poc.

(30 minuts) L'escala de la por

Expliqueu que:

"Farem una escala de la por. És com una llista de situacions que us fan por amb les agulles, de la que us fa menys por fins a la que us fa més. Les heu de puntuar de l'1 al 10 segons el grau de por que us facin"

Exemple:

- Pensar en una injecció → 5 punts
- Mirar una foto d'una agulla → 6 punts
- Veure algú a la tele que rep una injecció → 7 punts
- Veure algú en directe que li posen una injecció → 8 punts
- Tocar una agulla (sense punxar-se) → 8 punts
- Tenir una agulla a la mà → 9 punts
- Rebre una injecció → 10 punts

Cada alumne fa la seva pròpia escala segons com se senti.

Pujant l'escala de la por

Després de fer l'escala, amb la imaginació l'anirem pujant

- Es comença pensant en la situació que fa menys por.
- Es manté una estona en el pensament fins que us poseu nerviosos o sentiu por, fins que els nervis baixin. Utilitzeu les tècniques que hem suggerit abans per controlar el nerviosisme.
- Quan ja no fa tanta por, es passa al següent pas de l'escala.
- Es pot repetir cada pas les vegades que calgui.

(5 minuts) Conclusió

Podeu tancar la sessió amb aquesta conclusió:

"Perdre la por a les agulles no passa d'un dia per l'altre, cal temps i pràctica. Però si anem fent petits passos i fem servir les tècniques de respiració i tensió, veurem que cada cop és més fàcil. I si algun dia la por és molt gran, és important demanar ajuda a un metge, una infermera o un psicòleg, que us poden donar més trucs."

Activitat 7: Barreres de gènere a la vacunació

Objectiu	Durada: 50 min
- Entendre que hi ha situacions on el gènere determina les possibilitats de vacunació - Pensar solucions per ajudar a reduir les diferències provocades pel gènere.	Materials: targetes de situació impreses

Desenvolupament de l'activitat

Aquesta activitat ajudarà a l'alumnat a explorar les barreres relacionades amb el gènere a la vacunació i els animarà a pensar críticament sobre possibles solucions.

(10 minuts) Pluja d'idees

Per començar, llenceu preguntes senzilles a la classe per introduir el tema i explorar els coneixements previs de l'alumnat. Utilitzeu les següents preguntes orientatives:

- Qui decideix normalment si una persona es vacuna? Ell/a mateixa, la família, els metges...?
- Creieu que a tot arreu del món nens i nenes tenen la mateixa facilitat per vacunar-se? Per què sí o per què no?
- Coneixeu algun cas on un nen o una nena hagi tingut més dificultats per anar al metge o vacunar-se?

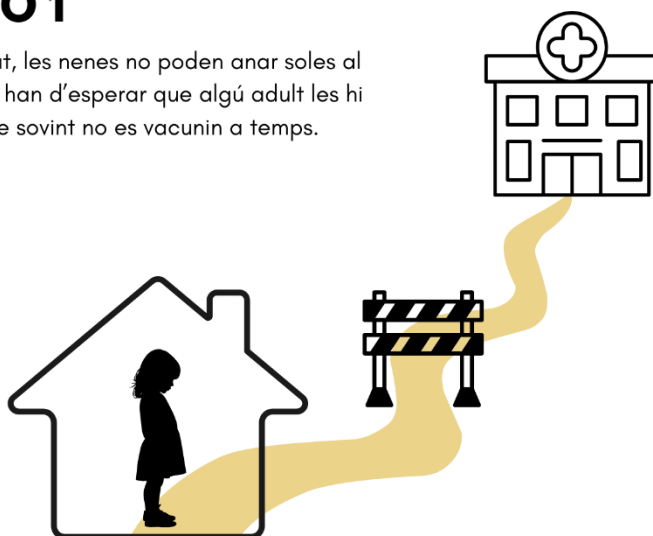
Podeu buscar alguna notícia que us serveixi per contextualitzar i comentar-la.

(15 minuts) Explorant les barreres relacionades amb el gènere

Dividiu l'alumnat en petits grups i repartiu una targeta de situació a cada grup. Cada grup llegirà la targeta i reflexionarà sobre la situació i escriuran en un full una idea de solució.

SITUACIÓ 1

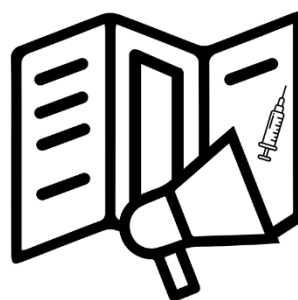
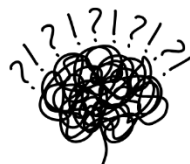
En una comunitat, les nenes no poden anar soles al centre de salut i han d'esperar que algú adult les hi porti. Això fa que sovint no es vacunin a temps.



Quina solució proposeu?

SITUACIÓ 2

Algunes mares no reben prou informació sobre les vacunes perquè no han pogut anar a l'escola i no entenen bé els cartells o papers que reben.



Com podríem ajudar-les a entendre-ho millor?

SITUACIÓ 3

Hi ha famílies que pensen que vacunar els nens és més important que vacunar les nenes. Algunes nenes es queden sense vacunar.



Què podríem fer per convèncer les famílies que és igual d'important?

SITUACIÓ 4

El centre de salut queda molt lluny i les famílies només tenen diners per portar alguns fills. Normalment hi porten primer els nens.



Com es podria resoldre aquest problema?

SITUACIÓ 5

En alguns llocs, les dones necessiten permís del marit per portar els fills a vacunar-se. Això fa que molts nens i nenes no rebin les vacunes a temps.



Quina solució hi podríem donar?

(15 minuts) Posada en comú

Cada grup presenta la seva situació i la seva proposta. Es pot fer com si fos una “mini conferència”, però amb un format més senzill: cada grup enganxa la seva cartolina a la paret i ho explica en 2 minuts.

Informació per a docents:

El contingut de l'activitat està inspirada en materials extrets de la OMS com les imatges que teniu a continuació. Podeu crear més targetes de situació o incidir en més profunditat en algun tema basant-vos en aquesta Informació.

GENDER-RELATED BARRIERS TO IMMUNIZATION



A society's gender norms may limit women and girls from fully accessing health services



Parents may prioritize boys' health needs over girls' due to gender preference



Sociocultural or gender norms may prohibit women from traveling alone to health facilities



Women are often unable to access the financial resources needed to obtain health services



Providers' attitudes toward women or a lack of female providers may discourage women from receiving health services



Women often have lower education and literacy levels, which limits their access to health information



Fathers may not be expected to participate in caregiving or healthcare decisions due to traditional gender roles



Gender discrimination and threats to their safety make it difficult for women to enter or remain in the healthcare workforce

Adapted from UNICEF Regional Office for South Asia, 2019¹¹

Figura 1. Barreras de género comunes para la inmunización



Fuente: adaptado de Immunization and gender: a practical guide to integrate a gender lens. UNICEF ROSA (2019).

També podeu llegir els articles següents sobre el tema:

- **Article:** "Beyond Constructs and Principles: Addressing Gender-Related Barriers to High, Equitable Immunization Coverage" (*Front. Glob. Womens Health*, April 3, 2024) [Enllaç imatge](#)
- **Resum d'incidència:** "Addressing Gender Inequities to Improve Immunization Coverage for Zero-Dose Children" [Llegiu aquí](#)
- **Informe** Por qué importa el género: agenda de inmunización 2030. [Llegiu aquí](#)

Activitat 8: L'edat i l'educació influeixen en la vacunació?

Objectiu	Durada: 50 min
- Entendre que l'edat i el nivell d'estudis poden influir en les decisions de les persones. - Practicar habilitats de pensament crític: fer hipòtesis, comprovar-les amb dades i parlar-ne en grup.	Materials: ordinador amb connexió a internet

Desenvolupament de l'activitat

Aquesta activitat té com a objectiu explorar com l'edat i el nivell educatiu influeixen en la decisió de vacunar-se. Per fer-ho, analitzarem les dades de l'[enquesta de seguiment Understanding Coronavirus in America](#) realitzada pel Centre d'[Investigació Social i Econòmica de la USC](#). Aquesta enquesta examina la voluntat de rebre la vacuna COVID-19 en funció de diversos factors demogràfics, com ara raça, ètnia, edat, educació, ingressos i gènere.

En concret, ens centrarem en els gràfics generats a partir de dades recollides entre març de 2020 i juny de 2021.

(5 minuts) Hipòtesis de la influència de l'edat i l'educació

Expliqueu que avui investigarem si l'edat i els estudis d'una persona poden influir en si decideix vacunar-se o no contra la COVID-19. Primer, farem hipòtesis, després mirarem dades reals i, finalment, compararem els resultats.

(10 min) Hipòtesis inicials

En petits grups, cada equip pensa i escriu dues hipòtesis (suposicions):

- Quina edat creuen que té més ganes de vacunar-se: la gent jove o la gent gran?
- Quin grup creuen que té més ganes de vacunar-se: les persones amb més estudis o amb menys estudis?

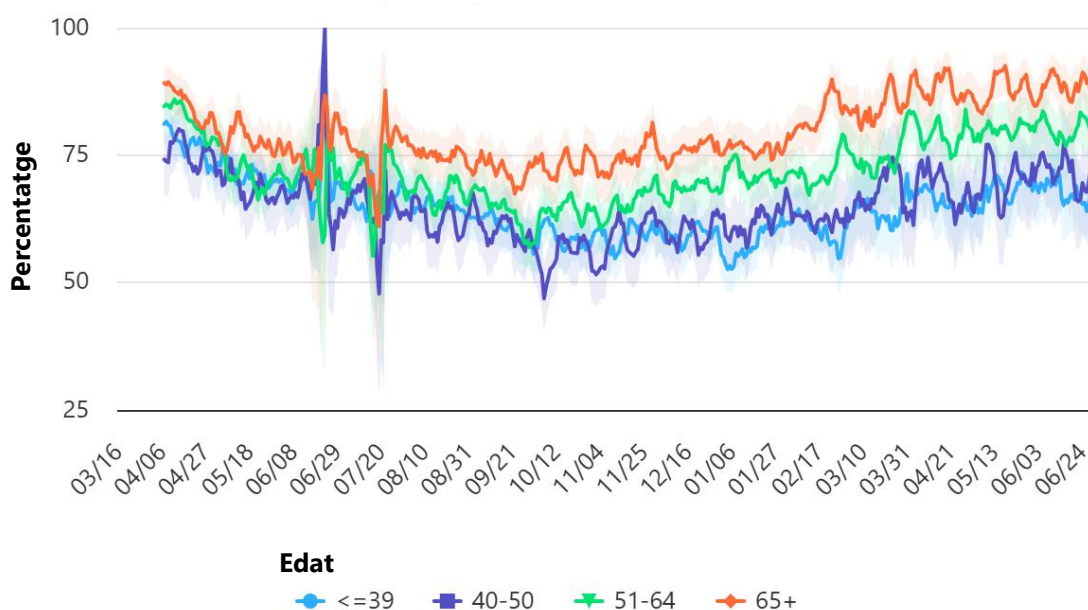
(Exemple: "Creiem que la gent gran té més ganes de vacunar-se que els joves.")

(20 minuts) Mirant dades reals

Mostreu a la pantalla gràfics de l'enquesta **Understanding Coronavirus in America**. Si els gràfics us semblen massa complicats, es poden simplificar. Els grups observen cada gràfic i contesten les preguntes següents en un full:

👉 Edat

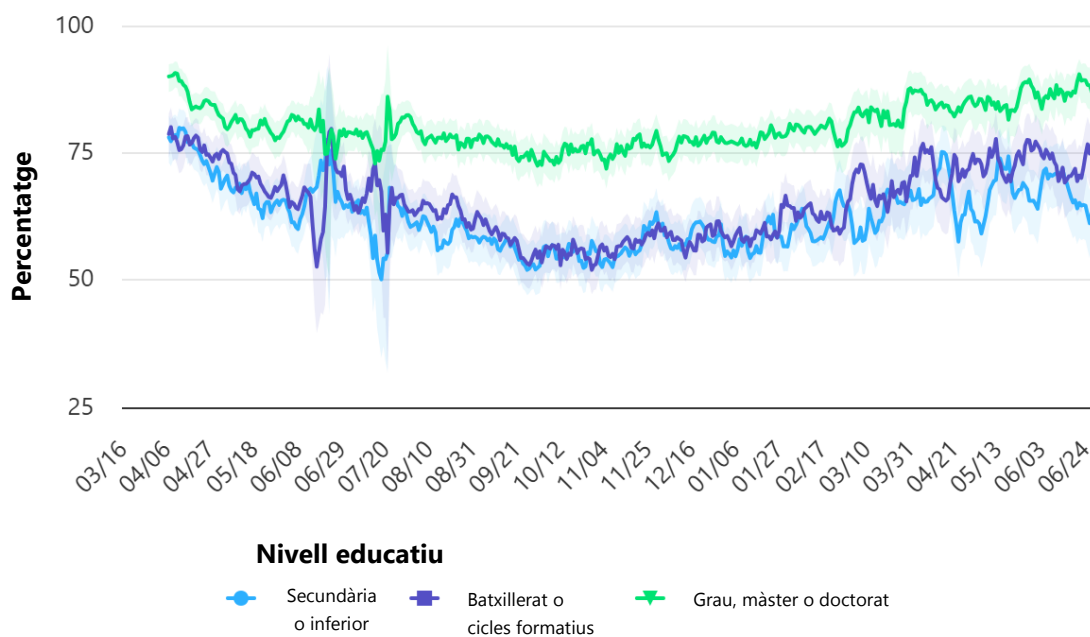
Percentatge de persones vacunades una o més vegades o que és molt/una mica probable que es vacuin



- Quin grup d'edat té la **taxa de vacunació** més alta?
- Com es relaciona l'**edat amb les ganes de vacunar-se**?
- La nostra **hipòtesi** era encertada?

👉 Educació

Percentatge de persones vacunades una o més vegades o que és molt/una mica probable que es vacuin



- Quin **nivell d'estudis** té més persones vacunades?

- Com es relaciona el **nivell d'estudis amb les ganes de vacunar-se?**
- La nostra **hipòtesi** era encertada?

(10 minuts) Posada en comú

Cada grup explica breument les seves respostes. La classe comenta:

- Quines tendències hem descobert?
- Què ens ha sorprès?
- Per què creiem que passa això?

Solucionari de l'activitat 7

EDAT

- Les persones **més grans** (sobretot majors de 60 anys) tenen la taxa de vacunació més alta.
- A mesura que l'edat augmenta, també augmenta la probabilitat de vacunar-se.
- Per tant, la hipòtesi correcta és que **la gent gran té més ganes de vacunar-se que la gent jove.**

EDUCACIÓ

- Les persones amb **nivells educatius més alts** (universitaris o més) tenen més probabilitats de vacunar-se.
- La relació és clara: **com més estudis, més ganes de vacunar-se.**
- Per tant, la hipòtesi correcta és que **les persones amb més estudis tenen més ganes de vacunar-se que les que en tenen menys.**