

Los

Revista N° 431

Opinión



DEFENSORÍA DEL PUEBLO



Save the Children



La voz de las niñas, niños y adolescentes

Cochabamba,  
Martes 6 de octubre de 2020

# SÉ AMABLE, APOYA A TUS SERES QUERIDOS



# NUESTRO MURO

**Proteger y proteger a tus seres queridos del coronavirus es simple:**

- Lávate las manos con frecuencia
- Tose y estornuda en el interior del brazo. ¡No en tus manos!
- Evita tocarte los ojos, nariz y boca
- Limita las reuniones sociales y sitios aglomerados
- Evita el contacto directo con personas enfermas
- Limpia y desinfecta objetos y superficies que se tocan con frecuencia

#COVID19 #Hablemos OPS

**COVID-19**  
ENFERMEDAD POR EL CORONAVIRUS 2019

**CONÓCELO.**

COVID-19 es una enfermedad respiratoria nueva que se identificó por primera vez en Wuhan, China. Actualmente, la propagación se da principalmente de persona a persona.

OPS

**Violencia doméstica**  
Haz un plan seguro

**Sé amable**  
no estigmatice

**COVID-19**  
#COVID19 #YO Prospero

**COVID-19 Y JÓVENES**  
MANTÉN TU RUTINA

- La situación de la COVID-19 es un momento estresante para todos, incluidos los jóvenes.
- Mantener una rutina familiar, mientras sigues practicando el distanciamiento físico, puede ayudarte a sentirte más tranquilo y más en control.
- Si necesitas ayuda, no dudes en comunicarte con un adulto o un profesional de confianza.

OPS

Informar a la población acerca de los riesgos para la salud que puede representar el COVID-19, así como las medidas que puede tomar para protegerse resulta clave para reducir las probabilidades de que las personas se infecten y para mitigar la propagación de la nueva enfermedad por el coronavirus 2019. Por ello, este suplemento Cobocitos te facilita información precisa, para que la población pueda tomar decisiones y adoptar comportamientos positivos para protegerse a sí mismas y a sus seres queridos frente a la pandemia. La información oportuna y basada en evidencia de la Organización Mundial de la Salud (OMS), es la mejor vacuna contra los rumores, la desinformación, pero también de la estigmatización.

**Mándanos tus dibujos y fotos**  
¿Te gusta dibujar?  
¡Mándanos tus dibujos y fotografías!  
Nuestro e-mail es: [cobocitos2018@gmail.com](mailto:cobocitos2018@gmail.com)  
[loscobocitos@opinion.com.bo](mailto:loscobocitos@opinion.com.bo)  
No te olvides de anotar tu nombre y edad.  
Línea Gratuita - 800 10 8004

# NOSOTRAS LAS NIÑAS Y NIÑOS

Protege a otros  
repasemos lo que hemos  
aprendido

**D**urante esta pandemia de COVID-19, el mundo ha demostrado solidaridad y desprendimiento, sin embargo algunas personas afectadas por esta enfermedad continúan siendo discriminadas y estigmatizadas, por ello, sé amable y nuestra solidaridad hacia las personas afectadas, considere la dura situación de la que tuvo que atravesar, de esta manera evitaremos estigmatizar. Cuando haga referencia a la enfermedad utiliza el término COVID-19, y evita otros nombres estigmatizantes y recuerda que cualquiera de nosotras y nosotros nos podemos contagiarnos. **PROTEGE A OTROS REPASEMOS LO QUE**

**HEMOS APRENDIDO**  
Es importante aplicar y repasar todo lo que hemos aprendido para protegernos y para proteger a los demás de no enfermarnos, tose o estornuda en el pliegue interno del codo, nunca en las manos, desecha los pañuelos usados y lavarse las manos con agua y jabón o con un gel a base de alcohol para manos. Si tienes tos seca o fiebre usa protección, si va a tener contacto estrecho con otra persona, evita escupir en lugares públicos. Si tienes tos, fiebre o tienes dificultad para respirar no esperes y busque atención médica de inmediato. Protégete y protege a los demás de enfermarse.

# PANDEMIA DE COVID-19: SE INSTA A LOS PAÍSES A TOMAR MEDIDAS MÁS ENÉRGICAS PARA DETENER LA DIFUSIÓN DE INFORMACIÓN PERJUDICIAL



La Organización Mundial de la Salud (OMS), junto con las Naciones Unidas, los organismos especializados y este suplemento, piden a los países que elaboren y apliquen planes de acción para promover la difusión oportuna de información de base científica y evitar la difusión de información falsa, respetando al mismo tiempo la libertad de expresión.

La OMS, las Naciones Unidas, el UNICEF, el ONUSIDA, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), la UNESCO, la Unión Internacional de Telecomunicaciones (UIT), la iniciativa Pulso Mundial de las Naciones Unidas y la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (FICR), junto con los Gobiernos de Indonesia, Tailandia y el Uruguay, celebraron un seminario en la web en paralelo al septuagésimo quinto período de sesiones de la Asamblea General de las Naciones Unidas que se celebró el pasado mes para llamar la atención sobre el daño que está causando la difusión de información errónea y desinformación, siendo esta última una información intencionadamente errónea al servicio de ciertos fines.

Tan pronto como el virus se extendió por todo el mundo, los mensajes inexactos e incluso peligrosos proliferaron salvajemente en las redes sociales, lo que provocó que la gente estuviera confundida, engañada y mal aconsejada", dijo el Secretario General de las Naciones Unidas, António Guterres. "Gracias a nuestra iniciativa 'Verifie' (Verificado), estamos luchando contra la información errónea con la verdad. Trabajamos con asociados de los medios de comunicación, diversas personalidades, personas influyentes y plataformas de redes sociales para difundir contenidos que promuevan la ciencia, ofrezcan soluciones e inspiren solidaridad. Esto será especialmente esencial a la hora de promover la confianza

del público en la seguridad y eficacia de las futuras vacunas contra la COVID-19. Necesitamos una 'vacuna del pueblo' que sea asequible y esté disponible para todos".

"La información errónea y la desinformación ponen en peligro la salud y las vidas y socavan la confianza en la ciencia, las instituciones y los sistemas de salud", aseveró el Director General de la OMS, Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus. "Para luchar contra la pandemia necesitamos confianza y solidaridad, y cuando hay desconfianza, hay mucha menos solidaridad. La información falsa está obstaculizando la respuesta a la pandemia, por lo que debemos unir fuerzas para combatirla y promover el asesoramiento sobre salud pública basado en la ciencia. Los mismos principios que se aplican a la respuesta a la COVID-19 se aplican al manejo de la infodemia. Necesitamos prevenirla, detectarla y responder a ella, juntos y de manera solidaria".

Tedros Adhamon acotó que la desinformación está socavando la confianza de la población en los procesos e instituciones democráticos y exacerbando las divisiones sociales.



Por su parte el Administrador del PNUD, Achim Steiner. Manifestó que uno de los desafíos de gobernanza más preocupantes de nuestro tiempo. El PNUD está colaborando activamente con los Estados Miembros, con los demás organismos de las Naciones Unidas y con otros asociados para encontrar respuestas integrales que respeten los derechos humanos.

"La información errónea es uno de los problemas de más rápido crecimiento con que se ven confrontados los niños actualmente", dijo Henrietta Fore, Directora Ejecutiva del UNICEF. "Aprovecha las grietas abiertas en la confianza en las sociedades e instituciones y las ahonda aún más, socava la confianza en la ciencia y la medicina y divide a las comunidades. En sus formas más perniciosas, como cuando convence a los padres de que no vacunen a sus hijos, puede incluso ser letal. Dado que la desinformación es más un síntoma que una enfermedad, para contrarrestarla se requiere algo más que proporcionar la verdad. También requiere confianza entre los líderes, las comunidades y las personas", dijo.

La Directora Ejecutiva del ONUSIDA, Winnie Byanyima, remarcó que solo podremos vencer a la COVID-19 con hechos, ciencia y solidaridad comunitaria. "La información errónea está perpetuando la estigmatización y la discriminación y no debe obstaculizar la protección de los derechos humanos y el acceso de las personas en situación de riesgo y de los marginados a los servicios de salud y protección social", aseveró.

Asimismo la Directora General de la UNESCO, Audrey Azoulay manifestó que desde el comienzo de la pandemia, la UNESCO ha movilizado sus redes internacionales de asociados de los medios de comunicación, periodistas, verificadores de hechos, emisoras de radio comunitarias y expertos para dar a los ciudadanos los medios con los que luchar contra la información falsa y los rumores, fenómenos que se han visto exacerbados por la pandemia. "La movilización colectiva para promover una información de calidad y fiable, garantizando al mismo tiempo el estricto respeto de la libertad de expresión, es esencial. Una prensa libre, independiente y pluralista es más necesaria que nunca", apuntó.

La OMS y sus asociados instaron a los países a que colaboraran con las comunidades y las escucharan a la hora de elaborar sus planes de acción nacionales y a que las empoderaran para fomentar la confianza y la resiliencia frente a la información falsa.

"Escuchar a las comunidades sobre la forma en que perciben la enfermedad y la respuesta es fundamental para crear confianza y poner fin a los brotes", dijo Jagan Chapagain, Secretario General de la FICR.

Si nuestra respuesta no refleja las preocupaciones y percepciones de las comunidades, las poblaciones afectadas no nos considerarán útiles o dignos de confianza, y la respuesta a la epidemia corre el riesgo de fracasar. Más que nunca, los respondedores locales están a la vanguardia de esta crisis. Debemos reconocer el increíble papel que desempeñan comprendiendo los conocimientos adquiridos a nivel local y actuando en consecuencia.

Los coorganizadores también pidieron a los medios de comunicación, las plataformas de redes sociales, los líderes de la sociedad civil y las personas influyentes que reforzaran sus acciones para difundir información precisa y evitar la difusión de información errónea y desinformación. El acceso a información precisa y el libre intercambio de ideas en línea y fuera de línea son fundamentales para posibilitar respuestas de salud pública eficaces y creíbles.

La iniciativa Pulso Mundial de las Naciones Unidas se creó hace una década dentro del sistema de las Naciones Unidas para innovar en el uso de informaciones predictivas en tiempo real para proteger a las comunidades vulnerables en tiempos de crisis.

Durante esta pandemia se vio un enorme aumento de las solicitudes de análisis avanzados procedentes de todo el sistema de las Naciones Unidas y de los Estados Miembros. Por lo que seguirán trabajando con la OMS y otros asociados para ayudar a identificar y contrarrestar la información errónea y la desinformación.

## SOBRE LA INFODEMIA

La OMS define una INFODEMIA como una sobreabundancia de información, tanto en línea como fuera de línea. Incluye información precisa, así como información errónea y falsa.

En mayo de 2020, los Estados Miembros de la OMS aprobaron la resolución WHA73.1 sobre la respuesta a COVID-19 en la Asamblea Mundial de la Salud. En la resolución se reconoce que la gestión de la infodemia es una parte fundamental de la lucha contra la pandemia de COVID-19, y se pide a los Estados Miembros que proporcionen contenidos fiables sobre la COVID-19, adopten medidas para contrarrestar la información errónea y la desinformación y aprovechen las tecnologías digitales en el conjunto de la respuesta. En la resolución también se pide a las organizaciones internacionales que aborden la información errónea y la desinformación en la esfera digital, que trabajen para prevenir las actividades cibernéticas dañinas que socavan la respuesta sanitaria y que apoyen la facilitación de datos de base científica a la población.

**"La información oportuna y basada en evidencia es la mejor vacuna contra los rumores y la desinformación"**  
(Dr. Jarbas Barbosa, Subdirector de la OPS)

## TÉRMINOS COMÚNMENTE UTILIZADOS DURANTE BROTES Y EPIDEMIAS

(Distanciamiento físico o social, aislamiento, cuarentena, eliminación y erradicación)



**Distanciamiento físico o social:** para evitar la transmisión de algunas enfermedades, físico de otras personas, lo que significa evitar besos, abrazos, contacto físico y mantener una distancia entre personas, la cual puede variar según el modo de transmisión de una enfermedad. Las medidas de distanciamiento físico, que incluyen el teletrabajo, el cierre de escuelas y la cancelación o reprogramación de eventos masivos o grandes reuniones, pueden desacelerar la propagación del virus, de manera que los sistemas de salud puedan abordar la situación. El distanciamiento tiene que ser físico, pero no necesariamente social, dado que las personas pueden seguir socializando por medio de la tecnología.

**Aislamiento:** es separar a las personas enfermas o infectadas de los demás, para evitar que se propague la infección.

**Cuarentena:** consiste en restringir el movimiento de las personas sanas que pueden haber estado expuestas al virus, pero no están enfermas.

**Eliminación:** el control de una enfermedad puede llevar a su eli-

minación, lo que significa que dicha enfermedad está lo suficientemente controlada para evitar que ocurra una epidemia en una zona geográfica definida. La eliminación significa que la enfermedad ya no se considera un problema importante de salud pública (no existen casos nuevos de la enfermedad). Sin embargo, las medidas de intervención (vigilancia y control) deben continuar para evitar su reaparición.

**Erradicación:** es mucho más difícil y raramente se la alcanza, pues implica la eliminación permanente de su incidencia en todo el mundo. Ya no hay necesidad de medidas de intervención. Se deben cumplir tres criterios para erradicar una enfermedad: debe haber una intervención disponible para interrumpir su transmisión; debe haber herramientas de diagnóstico eficientes disponibles para detectar los casos que puedan conducir a la transmisión; y los humanos deben ser el único reservorio. Por el momento, esta situación de erradicación mundial solo se ha logrado en el caso de la viruela.

Las síntomas podrían aparecer de 1 a 12 días después de la exposición al virus.

Conócelo. Prepárate. Actúa.  
www.paho.org/coronavirus

## Distanciamiento físico no es aislamiento social



Para protegernos y proteger muchos tenemos que permanecer en casa y manteniendo el distanciamiento físico, pero hay otras cosas que debemos hacer, llama o comunícate con sus seres queridos mejor si son personas adultas mayores ya que es la forma más segura para ellas,

ellos y además tú te sentirán acompañado. Si les hace falta tus amigas y amigos, llámales aún están ahí. Por ahora las celebraciones pueden esperar, una llamada telefónica puede alegrarle el día a alguien, el distanciamiento físico no es distanciamiento social.

## CUARENTENA EN CASA

Nuestro país ingresó el pasado mes de septiembre a la fase de post confinamiento y está siendo acatado progresivamente por muchos municipios, pero eso no debe bajarnos la guardia y seguir con las medidas de bioseguridad adecuadas. Si sospechas que alguien de tu familia ha estado expuesto al virus, puede realizar una cuarentena en casa, si experimenta síntomas leves de la enfermedad, como fiebre y tos seca informa inmediatamente a tu mamá, papá o persona mayor para recibir atención médica con el apoyo de tu familia. Si algún familiar experimenta síntomas leves sin tener problemas de

salud preexistentes, comuníquese con un centro de salud más cercano y analicen si pueden manejar los síntomas para aislarse en tu hogar. Si necesitas que alguien te ayude, tu familia asignará a alguien que tenga buena salud y que no tenga enfermedades

preexistentes, tomarán las previsiones y distancia sugerida y no compartas utensilios de cocina ni toallas o sábanas. Por último, no permitas visitas hasta que estés completamente sana y sano.

## EVITA LUGARES CONCURRIDOS

Queridas mamás y papás, por el momento tenemos que estar atentos y cuidarnos de la propagación del virus, evita los lugares concurridos y acudir a lugares innecesarios. Si tienes que ir a trabajar, es mejor ir a pie o en bicicleta, mantén ventilado tu lugar de trabajo periódicamente y con las ventanas abiertas, aunque mantengas las distancias correctas evita las relaciones sociales.

Mantén contacto periódico con tu familia para comprobar cómo les va en salud. Busca formas de saludarlos y manifestarles afecto que no sea de contacto físico, y por último, mantente activo y positivo. Cuidémonos y evitemos para propagación del COVID-19



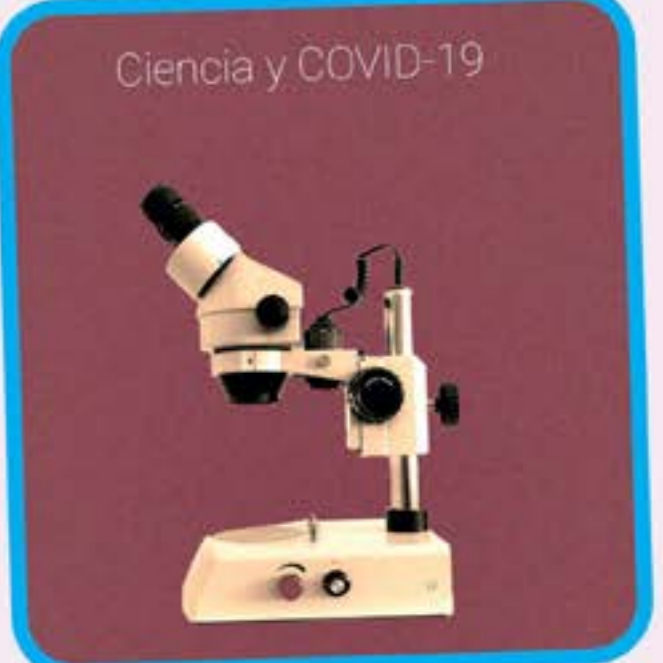
## SE AMABLE, APOYA A TUS SERES QUERIDOS

Durante esta pandemia del COVID-19, se amable con sus seres queridos, mantén contacto permanente con ellas y ellos, en especial con los que están en cuarentena y recuérdales que tienen el apoyo de toda la familia, anima a tus seres queridos a realizar las cosas que más les gusta;

leer, escuchar música, dibujar, hacer ejercicios, etc. Tanto la OPS como la OMS tienen información actualizada y veraz sobre el COVID-19, compártala con tu familia y aclara sus dudas aconseja a sus estudiantes con serenidad y utilice palabras que entiendan. Aproveche este momento para reforzar que la seguridad de todas y todos es lo más importante.

## CIENCIA Y COVID-19

El COVID-19, es una nueva enfermedad, los científicos, los investigadores trabajan juntos para entender mejor el virus, cómo se propaga, cómo protegernos a nosotros mismos y cómo proteger a nuestros seres queridos. Cada día descubrimos experimentamos y aprendemos algo nuevo. Esta pandemia es un desafío, no tiene precedentes y la ciencia no se detiene, y mientras la ciencia sigue investigando y encontrando nuevas soluciones, las orientaciones y consejos irán cambiando con el paso del tiempo. Mantengámonos abiertos a los cambios y la nueva información, seamos flexibles demostremos nuestra resiliencia.





---> **MARTES**



---↓  
**PRIMER DOMINGO DE MES**



COOPERATIVA MULTIACTIVA  
**COBOCE R.L.**

*Apoyando a la educación y cultura*