

ACTIVIDAD_1_P2_CONSTRUYE-T

Consecuencias de estas situaciones:

1. Desde el inicio de la pandemia, se tiene la creencia de que un grupo de personas son las portadoras del virus, dando lugar a la xenofobia y a la discriminación. El COVID-19 afecta a cualquier persona sin importar su edad, sexo o país de origen. Todos corremos el mismo riesgo y podemos ser portadores sin saberlo.

2. Que el semáforo cambie de color, no significa que la pandemia haya terminado y que, por el hecho de ser joven, no existan consecuencias por no cuidarse. Es verdad que las personas mayores o con ciertas enfermedades tienen un mayor riesgo cuando contraen el virus, sin embargo, también se ha observado que muchos jóvenes sin ningún padecimiento, lamentablemente no lo han soportado. El cuidado de nuestra salud también impacta en los demás, pues al protegernos, estamos protegiendo a nuestros seres queridos y personas que nos rodean.

3. Si bien el uso de mascarillas o cubrebocas fue contradictorio al inicio de la pandemia, la OMS actualiza esta información en un documento publicado el 5 de junio⁸ en el que, basándose en la evidencia científica, recomienda el uso del cubrebocas para toda la población, incluso para aquellas personas que no presentan síntomas. Todos deberíamos actuar como si fuéramos portadores, de esta forma logramos protegernos y sobre todo proteger a la población más vulnerable.

4. El compartir información falsa o "fake news" se ha vuelto una actividad muy recurrente. Lamentablemente, cada que una persona lo hace, contribuye a su difusión y a que los demás puedan tomar decisiones equivocadas. Antes de compartir una nota, asegúrate que es una fuente confiable. Recomendamos la información que publica la Organización Mundial de la Salud (OMS) o la de Secretaría de Salud.

Datos o ficción: ¿Cuánto sabes acerca de la enfermedad por coronavirus (COVID-19)?

Al tiempo que se propaga la enfermedad por coronavirus (COVID-19), también lo hace la desinformación. Conocer los datos es fundamental para estar bien preparado/a y protegerse a ti mismo/a y a las personas que te rodean contra el virus.

Comprueba cuánto sabes sobre el virus y ayúdanos a abordar la desinformación compartiendo este cuestionario desarrollado por la UNICEF¹⁵, con tu familia, tus amigas/os y tus colegas.

1. ¿Cómo se transmite la enfermedad por coronavirus (COVID-19)?

- a. Por las gotas de la respiración que se expulsan al toser o estornudar.
- b. Al tocar superficies contaminadas por el virus y posteriormente, tocarse la cara.
- c. Los dos

2. ¿Puede mi mascota contagiarme por COVID-19?

- a. No
- b. Sí

3. ¿Cuáles son las mejores formas de evitar el contagio por COVID-19?

- a. Lavarse las manos con frecuencia utilizando agua y jabón o un desinfectante de manos que contenga alcohol.
- b. Usar el cubrebocas cada que salgas de casa.
- c. Mantener sana distancia y salir de casa solo para actividades esenciales.
- d. Todas las anteriores.

4. ¿A quién afecta la enfermedad por coronavirus (COVID-19)?

- a. A las personas de edad avanzada
- b. A las/os jóvenes
- c. A todo el mundo

5. ¿Qué porcentaje de alcohol deben tener los desinfectantes de manos y de superficies para eliminar la enfermedad por COVID-19?

- a. 40%
- b. 50%
- c. 60%

6. ¿Existe una vacuna o tratamiento específico para tratar el COVID-19?

- a. Sí
- b. No

7. ¿Durante cuánto tiempo deberías de lavarte las manos para eliminar la enfermedad por COVID-19?

- a. 5 segundos
- b. 15 segundos
- c. 20 segundos

8. ¿La enfermedad por COVID-19 es lo mismo que la gripe?

- a. Sí
- b. No

9. ¿Puede la enfermedad por COVID-19 transmitirse tanto en temperaturas cálidas como frías?

- a. Sí
- b. No

10. ¿Pueden las cartas, los productos y los paquetes estar contaminados por el virus causante del coronavirus?

- a. Sí
- b. No

Respuestas:

1. C (los dos). Las dos son correctas. El virus se transmite por el contacto directo con las gotas de la respiración de una persona infectada (a través de la tos y los estornudos), así como al tocar superficies contaminadas con el virus y, posteriormente, tocarse la cara, la nariz o los ojos.

2. A (No). No hay pruebas hasta la fecha que demuestren que mascotas como los gatos o los perros puedan transmitir el virus que ocasiona el COVID-19.

3. D (Todas las anteriores). Todas/os deberíamos contribuir a limitar la transmisión de la enfermedad buscando asistencia médica cuanto antes si presentamos síntomas (fiebre, tos o falta de aire). Si tenemos síntomas, debemos quedarnos en casa y evitar ir a lugares públicos para evitar contagiar a otras personas. Hay que toser o estornudar en el codo o en un pañuelo, desechar inmediatamente los pañuelos usados, lavarse las manos justo después y usar cubrebocas correctamente en lugares públicos, aunque no tengamos síntomas.

4. C (A todo el mundo). Pueden contagiarse personas de todas las edades y todas deben tomar precauciones para protegerse a sí mismas/os, así como lavarse las manos a menudo con agua y jabón. Las personas de edad más avanzada, al igual que cualquier persona con patologías previas (como asma, diabetes o enfermedades del corazón, entre otras) parecen ser más vulnerables a desarrollar enfermedades más graves a causa del virus.

5. C (60%). Para ser efectivos, la evidencia ha demostrado que un gel antibacterial debe contener al menos 60% de alcohol, por lo que antes de comprar cualquier producto desinfectante, debes verificar que tenga este requisito.

6. B (No). No. Todavía no existen vacunas ni medicamentos específicos que puedan prevenir o curar el virus. Las/os científicas/os están trabajando para desarrollar una vacuna. Siempre duda ante cualquier remedio que alguien quiera venderte, pues solo el Gobierno de cada país y la OMS tienen la facultad para aprobar un tratamiento.

7. C (20 segundos). La evidencia científica ha demostrado que para que el lavado de manos sea efectivo, debe de hacerse mínimo en 20 segundos. Se recomienda el lavado de manos frecuente con agua y jabón antes de comer, al estornudar o toser y después de ir al baño.

8. B (No). El COVID 19 y la gripe son enfermedades infecciosas distintas, causadas por virus distintos. Aunque las dos son enfermedades respiratorias que se transmiten de una forma similar (a través de las gotas de la respiración) y pueden tener síntomas parecidos (fiebre, tos y falta de aire), presentan otras características diferentes.

9. A (Sí). El virus se está propagando por lugares con temperaturas cálidas y frías por igual. Algunos otros virus, como los causantes de la gripe y el resfriado común, se propagan más durante los meses fríos del invierno, pero aun así es posible contraer esos virus en meses más cálidos.

10. A (Sí). Es importante poner en práctica las precauciones adecuadas a la hora de tratar con objetos o superficies que hayan podido tocar otras personas, ya que podrían estar contaminados por el virus. Limpia la superficie del paquete con un producto o toallitas desinfectantes antes de tocarlo o abrirlo, y desecha el paquete en un contenedor cerrado. Inmediatamente después, lávate las manos con agua y jabón o con un desinfectante de manos con alcohol.