



GUIA para el COVID-19

Abordar los rumores y la desinformación

Principios generales



Confíe en los expertos respecto a los consejos de salud. No reinterprete la información de su gobierno: transmítala directamente a los demás.



Comparta siempre con las personas sus fuentes de información para que puedan verificar los datos por sí mismas. Consulte las fuentes de información al final de esta guía para que pueda verificar usted mismo los datos que Tearfund usa.





Monitoree la página web de la **Organización Mundial de la Salud** «[Consejos para la población acerca de los rumores sobre el nuevo coronavirus \(2019-nCoV\)](#)» para mantenerse informado sobre los falsos rumores que surgen.



Registre los nuevos rumores que escuche en su comunidad y repórtelos ante las autoridades de salud para que puedan rastrearlos y abordarlos.

Adaptado de Health Community Resources (2020)

 tearfund.org/covid19
 covid19-response-team@tearfund.org

Dirección oficial: 100 Church Road, Teddington TW11 8QE, Reino Unido. Compañía limitada por garantía en Inglaterra número 994339. Entidad sin ánimo de lucro número 265464 (Inglaterra y Gales). Entidad sin ánimo de lucro número SC037624 (Escocia).

tearfund

Covid-19: prevención

El Covid-19 se transmite principalmente a través de gotículas dispersadas cuando una persona infectada tose o estornuda. Ciertas medidas específicas reducirán la probabilidad de infectarse. A continuación, se detallan las medidas que se debe seguir, en contraste con las que son rumores y que, por lo tanto, no previenen la infección.

<p>✓ Tome estas medidas usted mismo y anime a otros a que también lo hagan:</p>	<p>✗ Las siguientes medidas no previenen la infección. Son solo rumores:</p>
<p>✓ Lávese bien las manos frecuentemente con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol.</p> <p>✓ Evite tocarse la nariz, los ojos o la boca.</p> <p>✓ Evite el contacto cercano con cualquier persona que tosa o estornude.</p> <p>✓ Cúbrase la boca y la nariz con el brazo doblado o un pañuelo desechable al toser o estornudar.</p> <p>✓ Deseche de inmediato el pañuelo usado.</p>	<p>✗ Exponerse al sol, a la nieve o especialmente a temperaturas altas o bajas.</p> <p>✗ Bañarse con agua caliente.</p> <p>✗ Beber alcohol o comer ajo.</p> <p>✗ Enjuagarse la nariz con agua salada o rociar alcohol o cloro en su cuerpo.</p> <p>✗ Evitar las picaduras de mosquitos.</p> <p>✗ Afeitarse la barba.</p>

No le haga caso a los rumores, pero reconozca cuando las personas que conoce los creen o difunden. Motive a otros a seguir las medidas correctas de prevención.

Covid-19: riesgos


<p>✓ En relación con el Covid-19, los profesionales de la salud y los gobiernos se refieren a las personas de los siguientes grupos como «personas de alto riesgo»:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● personas mayores (mayores de 60 años) ● personas con afecciones de salud preexistentes que debilitan su sistema inmune, como enfermedades cardiovasculares, afecciones 	<p>✗ No es correcto decir que el virus no afecta a las personas más jóvenes. Independientemente de quién sea usted, debe seguir las medidas correctas señaladas en la sección anterior: «Covid-19: Prevención» y el consejo de su gobierno, y alentar a otros a hacer lo mismo.</p>
---	--

respiratorias, diabetes o presión arterial alta	
<p>✓ Es correcto que tales personas tienen más probabilidades de enfermarse gravemente si contraen el Covid-19, y tienen más probabilidades de fallecer. Por lo tanto debe tomar medidas para proteger a las personas de alto riesgo en su familia y comunidad ante el Covid-19, de acuerdo con las indicaciones de su gobierno.</p>	<p>✗ No es correcto decir que las personas identificadas como «de alto riesgo» por los profesionales de la salud tienen más probabilidades de contraer el Covid-19 o que tienen más probabilidades de infectar a otra persona con el virus. Por el contrario, cualquiera puede contraer el Covid-19 y cualquiera puede infectar a otra persona con el virus. No permita que la desinformación afecte la forma en que usted u otras personas de su comunidad interactúan con las personas de alto riesgo.</p>

Covid-19: síntomas

<p>✓ Los síntomas confirmados del Covid-19 son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● tos seca ● fiebre ● cansancio <p>Si usted, o alguien que conoce, desarrolla síntomas del Covid-19, asegúrese de aislarse y practicar el distanciamiento físico de acuerdo con las pautas de su gobierno. Busque atención médica si sus síntomas empeoran y experimenta dificultad para respirar, ya que podría necesitar oxígeno.</p> <p>Primero, quédese en casa si no se siente bien. Segundo, llame con anticipación antes de buscar atención médica. Siga las instrucciones de las autoridades locales de salud.</p>	<p>✗ No es posible confirmar si tiene Covid-19 con solo contener la respiración durante diez segundos sin toser o sentir molestias. Esta «prueba» de respiración es desinformación y no significa que esté libre del Covid-19.</p>

 tearfund.org/covid19

 covid19-response-team@tearfund.org

Covid-19: tratamiento y recuperación

<p>✓ La mayoría de las personas que contraen el Covid-19 pueden recuperarse y eliminar el virus de sus cuerpos. Con el apoyo de los cuidados requeridos, incluso las personas de alto riesgo que tienen la enfermedad pueden recuperarse.</p>	<p>✗ <i>Recuerde:</i> El hecho de contraer el Covid-19 no significa que tendrá el virus de por vida.</p>
<p>✓ Todas las personas tienen <i>el mismo derecho a recibir tratamiento si se infectan con el virus del Covid-19</i>. Asegúrese de que esta verdad informe la manera en la que usted se cuida a sí mismo y a los demás. Por ejemplo, si es necesario, busque atención médica para las personas de su familia o comunidad que tengan tos, fiebre y dificultad para respirar, ya sea ella una persona mayor con problemas de salud preexistentes o una persona joven sin condiciones de salud conocidas.</p>	<p>✗ <i>Recuerde:</i> Si una persona mayor o alguien con problemas preexistentes de salud contrae el Covid-19, esto no significa que no pueda recuperarse.</p>

Nuestra fe

Como personas cristianas, creemos en la Biblia y leemos que:

<p>✓ Dios ayuda y sana.</p>	<p>✗ Pero <i>eso no quiere decir</i> que no debemos seguir el consejo de los expertos. Debemos actuar conforme al consejo de los expertos, incluido el que establece que las iglesias deben dejar de reunirse en persona.</p>
<p>✓ El quebrantamiento de la creación ha llevado al surgimiento y propagación de cosas que nos perjudican a todos, incluido el Covid-19.</p>	<p>✗ Pero <i>eso no quiere decir</i> que «Dios lo causó» o que «Dios lo deseó».</p>
<p>✓ La Biblia presenta conexiones entre el pecado del sistema y el sufrimiento en el mundo.</p>	<p>✗ Pero <i>eso no quiere decir</i> que cuando las personas se enferman, hay alguna justificación bíblica para vincular la enfermedad con su</p>

	<p>pecado personal. Ciertamente, no debemos usar este argumento como una razón para estigmatizar a las personas.</p>
<p>✓ En algún momento en el futuro, Dios morará con nosotros en un cielo y una tierra transformados y no habrá más sufrimiento, enfermedad o muerte sino una vida próspera.</p>	<p>✗ No sabemos si el Covid-19 es una señal de los últimos tiempos. Sin embargo, podemos dejar que nuestra esperanza futura inspire la forma en la que vivimos nuestras vidas hoy al confiar en Dios, orar por los afectados y para que el brote termine, y acercarnos a nuestros vecinos con compasión y amor prácticos.</p>
<p>✓ Bajo circunstancias normales, no debemos dejar de reunirnos para adorar. Sin embargo, estos son tiempos sin precedentes.</p>	<p>✗ Pero al mismo tiempo, ahora debemos escuchar a nuestros líderes terrenales y dejar de reunirnos por un tiempo para evitar la propagación del Covid-19, que es tan altamente contagioso. La enfermedad se propaga en las grandes multitudes y a través del contacto cercano, como en los servicios donde asisten muchas personas.</p> <p>La fe no debe oponerse al consejo médico. Lamentablemente, las reuniones se han seguido realizando en algunas partes del mundo porque la gente no ha escuchado los consejos científicos y, como resultado, muchos han contraído el virus.</p>

Fuentes

Health Community Resources (2020): «[Covid-19 resources](#)»


Organización de las Naciones Unidas (2020):

«[La ONU contra la desinformación sobre el Covid-19 y los ataques cibernéticos](#)»

Organización Mundial de la Salud (2020): «[Brote de enfermedad por coronavirus \(Covid-19\): orientaciones para el público](#)»

Organización Mundial de la Salud (2020): «[Consejos para la población acerca de los rumores sobre el nuevo coronavirus \(2019-nCoV\)](#)»

 tearfund.org/covid19

 covid19-response-team@tearfund.org