

Guía: Campaña de redes sociales Salud Mental Ahora: Comparte tu historia

Sobre la campaña

Los trabajadores sanitarios de primera línea se han visto especialmente afectados por la pandemia de COVID-19 y sus consecuencias psicosociales^[1]. A causa del aumento de demanda de los sistemas sanitarios^[2], los trabajadores sanitarios se han visto obligados a trabajar en largos turnos — a menudo con recursos inadecuados — atendiendo a más pacientes que nunca y afrontando profundas pérdidas. Muchos han vivido con el temor de infectarse y contagiar a sus seres queridos. A pesar de sus esfuerzos extraordinarios, el impacto de la pandemia en los trabajadores sanitarios sigue siendo despreciado y sus experiencias siguen sin ser contadas.

Para arrojar luz sobre en este dilema, la campaña “Salud Mental Ahora: Comparte tu historia” elevará las voces de los trabajadores de salud, concienciará sus experiencias y fomentará un diálogo sobre la salud mental en la pandemia.

La OPS está invitando a los trabajadores de la salud de la Región de las Américas a que compartan sus experiencias de atención a los pacientes durante la pandemia y las lecciones de cómo han afrontado este tiempo.

Si usted es un trabajador de salud que vive en las Américas, envíe un video corto o una foto y un texto (menos de 200 palabras) con su historia hasta el 15 de noviembre^[3]. Los participantes tendrán la oportunidad de aparecer en un vídeo oficial de la OPS, tras la campaña. Los videos pueden estar en inglés, portugués, español o francés.

Reglas de participación

A continuación, encontrará una guía sencilla para unirse a la campaña y ayudar a concienciar sobre la importancia de la salud mental. También encontrará consejos sobre cómo grabar un buen vídeo y sugerencias para compartir esta campaña con su red social.

La campaña estará abierta hasta el 15 de noviembre de 2021.

1. **Seleccione la plataforma de su elección** para compartir su historia: Twitter, Instagram o Facebook. **Seleccione una de las siguientes indicaciones** para compartir su historia:
 - ¿Qué le gustaría que la gente supiera sobre ser un trabajador sanitario durante la pandemia?
 - ¿Cómo ha sido afectada su salud mental y su bienestar con experiencia atendiendo pacientes durante la pandemia?

- ¿Cómo cuida su salud mental en este momento?
 - ¿Qué consejo le daría a la gente que está luchando en este momento?
- 2. Envíe su respuesta de una de las siguientes dos maneras: mediante un vídeo o mediante una respuesta escrita**
- **Grabe su vídeo de 1 a 2 minutos**
 - Las directrices de grabación se pueden encontrar aquí:
 - Estabilice su teléfono en la medida de lo posible: manténgalo sobre una superficie plana y estable o utilice un trípode.
 - Hable cerca del micrófono.
 - Utilice luz natural o lámparas. Asegúrese de mirar hacia la fuente de luz para que la iluminación sea uniforme.
 - Mantenga un fondo sencillo, como una pared en blanco.
 - Grabe en horizontal para los vídeos que se publicarán en los feeds de Twitter, Instagram y Facebook, y en vertical para los vídeos de Instagram y Facebook Stories (las cuentas deben ser públicas, para que puedan ser monitoreadas).
 - **Envíe una respuesta escrita (de menos de 200 palabras) y elija un gráfico** para acompañar su post.
- 3. Comparta y pida a 3 amigos que participen.** No olvide etiquetar la campaña con el hashtag abajo.
- **Hashtag:** #SaludMentalAhora

Elegibilidad

Para participar hay que ser un trabajador sanitario que viva en la Región de las Américas. Los vídeos y las respuestas deben elaborarse respetando:

- Principios éticos como el respeto a la dignidad e igualdad de los demás y la tolerancia a las diferentes culturas y perspectivas.
- La legislación internacional y nacional aplicable.

Al participar en esta campaña, los usuarios:

- Autorizan a la OPS a utilizar su nombre y apellidos, nombre de la cuenta de redes sociales, así como su imagen, en cualquier actividad pública o de difusión relacionada con esta iniciativa, sin obligación de compensación, pago o remuneración de ningún tipo

para el participante o para terceros. La información personal recopilada de los participantes será utilizada por la OPS únicamente con el fin de administrar la campaña.

- Deberán responder a todas y cada una de las reclamaciones por infracciones contractuales, legales o reglamentarias en relación con los contenidos/materiales presentados, así como por los daños y perjuicios que puedan sufrir terceros.

Criterios de exclusión

Los participantes serán excluidos de aparecer en los contenidos oficiales de la OPS si:

- No responden o no envían la información solicitada por el comité de la campaña.
- Son culpables de una falta profesional grave (incluso si lo hacen personas con poder de representación, de decisión o de control, beneficiarios).
- Son culpables de haber cometido fraude, corrupción, vínculos con una organización criminal o cualquier mala conducta que pueda afectar a la reputación de la OPS.

Requisitos de contenido

Los participantes deben garantizar que los vídeos **no**:

- Pretendan promocionar medicamentos o dispositivos comerciales
- Tengan un tono político
- Incluyan un lenguaje que pueda ser ofensivo o que pueda interpretarse como vulgar, discriminatorio o estigmatizante.
- Incluyan mensajes políticos.
- Incluyan vídeos o imágenes de menores o expongan a pacientes. Solo es permitido incluir vídeos o imágenes de personas después de tener su consentimiento por escrito para utilizarlos, que puede ser una copia de un correo electrónico. El participante debe obtener y mantener un registro de este consentimiento escrito y proporcionarlo a la OPS cuando se le solicite. Dicho consentimiento debe darse sin ninguna restricción o expectativa de compensación o remuneración.
- Incluyan elementos visibles (imágenes / logotipos) que promocionen o muestren empresas privadas o sus productos.
- Presenten trabajos creados por otros, aún con autorización.

Criterios de evaluación

Los mejores videos o publicaciones serán compartidos en las redes sociales de la OPS o serán recopilados por la OPS en un video final. Durante la selección de los vídeos, el equipo de

revisión tendrá en cuenta los siguientes criterios de requisitos para conseguir un vídeo final diverso e impactante:

- Incluir personas que compartan historias auténticas o consejos sobre cómo los trabajadores sanitarios pueden gestionar su salud mental.
- Centrarse en una colección variada de vídeos para conseguir un tono que retrate adecuadamente la amplitud de los efectos de la pandemia sin dejar de ser edificante.
- Mostrar la diversidad de la Región de las Américas.
- Centrarse en las publicaciones con un alto nivel de participación en caso de que se recopile un gran número de historias.

Permisos de uso

Los usuarios cuyos vídeos sean seleccionados para la compilación final:

- Declaran que son autores/creadores originales de los materiales enviados, eximen a la OPS de cualquier coste o responsabilidad que pueda surgir de cualquier reclamación por violación de un derecho de autor o de cualquier otro derecho de terceros.
- Otorgan una licencia no exclusiva, sin cargo, irrevocable y perpetua a la OPS para utilizar los materiales con fines institucionales. La OPS podrá incluir su logotipo en cualquiera de estos materiales y dará el debido reconocimiento al creador en cada uso de los materiales.

Derechos de autor

No se permitirán las presentaciones de imágenes o vídeos que contengan representaciones de obras artísticas de terceros, productos de otras empresas, derechos de autor, marcas comerciales/nombres comerciales, logotipos o marcas de identificación similares. Al participar, cada participante garantiza y declara que la participación es su propia obra original, que es propietario o controla de otro modo todos los derechos de los materiales de la participación y que cede y transfiere incondicionalmente a la OPS todos los derechos, títulos, intereses y reclamaciones que tenga ahora o pueda tener en el futuro sobre las participaciones o cualquier elemento de las mismas.

^[1] La inversión sustancial necesaria para evitar la crisis de salud mental:

<https://www.who.int/news/item/14-05-2020-substantial-investment-needed-to-avert-mental-health-crisis>

^[2] Monitoreo de la continuidad de los servicios de salud esenciales durante la pandemia de la COVID-19: <https://www.who.int/teams/integrated-health-services/monitoring-health-services/national-pulse-survey-on-continuity-of-essential-health-services-during-the-covid-19-pandemic/dashboard>

³ Si es necesario, los cambios al plazo de presentación se comunicarán en las plataformas de redes sociales de la OPS.