



Gestión de comunicación en apoyo a emergencia de COVID-19 en Cuba

IV Convención Internacional de Salud Cuba 2022
Palacio de Convenciones, La Habana, Cuba
17 al 21 de octubre 2022

Dra.C. Tania del Pino Más
comunicadora OPS/OMS Cuba
delpintan@paho.org

Comunicación de riesgos. COVID-19. 2020

Apoyo a respuesta del país

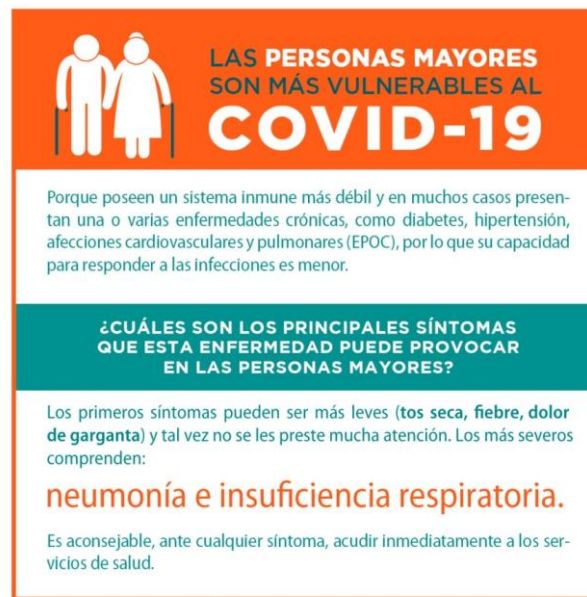
2 infografías

3 postales para redes sociales

1 spot

sobre COVID-19 y personas vulnerables (personas mayores y personas con discapacidad)

con el Departamento de Asistencia Social, Adulto Mayor y Salud Mental del MINSAP; la Unidad de Promoción de Salud y Prevención de Enfermedades (PROSALUD); y el Sistema de Naciones Unidas (SNU) en Cuba



Comunicación de riesgos. COVID-19. 2020

Apoyo a respuesta del país

1 infografía

1 plegable

3 postales para redes sociales

sobre tabaquismo y COVID-19

con PROSALUD

COVID-19

UNA RAZÓN MÁS PARA DEJAR DE FUMAR

Las personas fumadoras tienen más probabilidades de desarrollar síntomas graves de la COVID-19 y de fallecer a causa de esta enfermedad, que ataca principalmente los pulmones.

Entre los efectos nocivos del tabaco al organismo se encuentra la reducción de las defensas y el deterioro de la función pulmonar. Por eso quienes fuman podrían ser más vulnerables al nuevo coronavirus, así como a otras enfermedades respiratorias.

DE 1 A 9 MESES:
se reducen los tos y la disnea

DE 2 A 12 SEMANAS
mejora la circulación y la función pulmonar en un 30%, y es más fácil caminar

A LAS 72 HORAS:
LOS BRONQUIOS SE RELAJAN Y SE RESPIRA MEJOR

A LOS 20 MINUTOS DEL ÚLTIMO CIGARRILLO:
se restablece la presión arterial, el pulso, y la temperatura de los pies y las manos

A LAS 12 HORAS:
se normaliza el monóxido de carbono y el oxígeno en la sangre

A LAS 24 HORAS:
disminuye la probabilidad de un ataque cardíaco

A LAS 48 HORAS:
regresa el gusto y el olfato

BENEFICIOS A CORTO PLAZO

DEL ABANDONO DEL CONSUMO DE TABACO



COVID-19

UNA RAZÓN MÁS PARA DEJAR DE FUMAR

Las personas fumadoras tienen más probabilidades de desarrollar síntomas graves de la COVID-19 y de fallecer a causa de esta enfermedad, que ataca principalmente los pulmones.

Entre los efectos nocivos del tabaco al organismo se encuentra la reducción de las defensas y el deterioro de la función pulmonar. Por eso quienes fuman podrían ser más vulnerables al nuevo coronavirus, así como a otras enfermedades respiratorias.

DE 1 A 9 MESES:
se reducen los tos y la disnea

DE 2 A 12 SEMANAS
mejora la circulación y la función pulmonar en un 30%, y es más fácil caminar

A LAS 72 HORAS:
LOS BRONQUIOS SE RELAJAN Y SE RESPIRA MEJOR

A LOS 20 MINUTOS DEL ÚLTIMO CIGARRILLO:
se restablece la presión arterial, el pulso, y la temperatura de los pies y las manos

A LAS 12 HORAS:
se normaliza el monóxido de carbono y el oxígeno en la sangre

A LAS 24 HORAS:
disminuye la probabilidad de un ataque cardíaco

A LAS 48 HORAS:
regresa el gusto y el olfato



ALGUNOS CONSEJOS PARA DEJAR DE FUMAR

Piense en los beneficios que tendrá si deja de fumar.

Planifique una fecha para dejar de fumar por completo y prepárese para hacerlo.

Trate de concebirse como una persona exfumadora y adopte una actitud positiva hacia esto.

Comunique su decisión de dejar de fumar a quienes le rodean y obtenga apoyo y estímulo.

Si alguien de su entorno quiere dejar de fumar, propóngale hacerlo a la vez.

Desahzate de las cajetillas de cigarrillos y los cinerarios.

Dejar de fumar es un proceso. Si necesita ayuda para lograrlo diríjase a su consultorio médico, donde le ofrecerán la primera ayuda y le orientarán hacia el servicio especializado si es necesario.

Servicio de ayuda telefónica: 103 (Cuba)



ALGUNOS CONSEJOS PARA DEJAR DE FUMAR

- Piense en los beneficios que tendrá si deja de fumar.
- Planifique una fecha para dejar de fumar por completo y prepárese para hacerlo.
- Trate de concebirse como una persona exfumadora y adopte una actitud positiva hacia esto.
- Comunique su decisión de dejar de fumar a quienes le rodean y obtenga apoyo y estímulo.

- Si alguien de su entorno quiere dejar de fumar, propóngale hacerlo a la vez.
- Desahzate de las cajetillas de cigarrillos y los cinerarios.

Dejar de fumar es un proceso. Si necesita ayuda para lograrlo diríjase a su consultorio médico, donde le ofrecerán la primera ayuda y le orientarán hacia un servicio especializado si es necesario.

Servicio de ayuda telefónica: 103

ALGUNOS CONSEJOS PARA MANTENERSE SIN FUMAR

- Mantenga manos y mente ocupadas.
- Resistirse los hábitos y los costumbres que tiene asociados al cigarro.
- Como por alternativas para de alimentación y toma mucha agua. Esto también le ayudará a dar un paso importante hacia un modo de vida más saludable.
- Realice ejercicios físicos con frecuencia.

- Practique algunas técnicas de relajación para tener el estrés bajo control.
- Abandonar el consumo de tabaco es una de las decisiones más saludables que podemos tomar en nuestra vida.
- Recuerde la pena que se le dedicará un tiempo y esfuerzo adicional.
- En el mundo existen miles de personas que lo consiguen cada día.

Más información:
<http://nebulas.cifccuba.com>
<http://medicinasinluz.com>
<http://bit.ly/2Au000k>

Comunicación de riesgos. COVID-19. 2020-2021

Apoyo a respuesta del país

2 infografías

+ 25 postales para
redes sociales

3 spots

sobre medidas de
prevención de la
COVID-19 en el entorno
escolar y en casa

con el Departamento
de Salud Escolar del
Ministerio de Educación
(MINED) y UNICEF



Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

**Objetivo de la campaña
apoyado desde
OPS/OMS y SNU**



Concientizar a la
opinión pública sobre el
proceso que va a ocurrir
y la importancia de
continuar cumpliendo
las medidas de
prevención.

Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

3 spots

sobre esquemas de vacunación y
respuesta inmune

sobre medidas generales de
prevención

sobre medidas de prevención en
centro de trabajo

con el Departamento de
Comunicación del MINSAP y el
SNU en Cuba



Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

9 infografías

sobre medidas generales de prevención contra la COVID-19 y medidas específicas para diferentes espacios: transporte, casa, trabajo, tienda y escuela

sobre medidas de prevención contra la COVID-19 para adolescentes y el cuidado de niños pequeños

con el Departamento de Comunicación del MINSAP; el Programa Materno Infantil (PAMI); y el SNU en Cuba



Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

1 plegable

20 postales para redes sociales

6 gifs para redes sociales

sobre medidas de prevención específicas para diferentes espacios: transporte, casa, trabajo, tienda y escuela

otras postales con preguntas y respuestas relacionadas con la vacunación antiCOVID-19

con el Departamento de Comunicación del MINSAP y el SNU en Cuba



Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

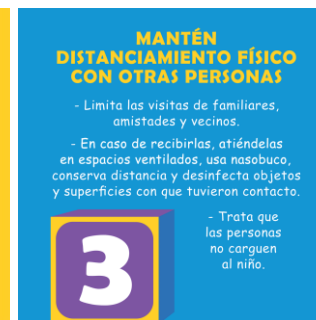
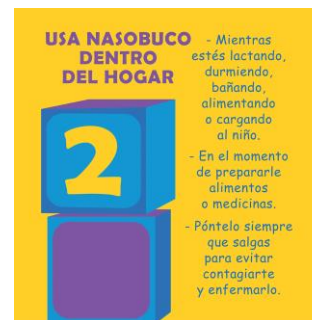
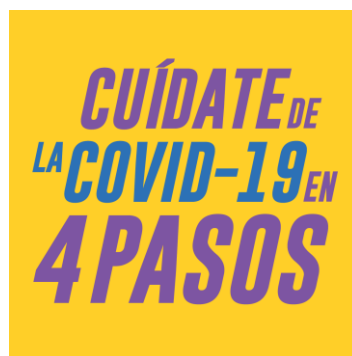
500 lonas

14 postales para redes sociales

2 gifs para redes sociales

sobre medidas de prevención para
adolescentes y el cuidado de niños
pequeños en casa

con el Departamento de Comunicación
del MINSAP y el PAMI



Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

1 plegable con consejos para la familia sobre medidas de prevención para adolescentes y el cuidado de niños pequeños en casa

con el Departamento de Comunicación del MINSAP y el PAMI

Adolescentes y COVID-19

¿De qué forma acompañarlos?

- Háblales sobre la importancia de protegerse para cuidar a la familia.
- Recuérdales las medidas de protección a cumplir en los diferentes ámbitos (escuela, hogar, actividades con amistades).
- Sugiereles formas alternativas y saludables de comunicación con las personas.
- Invítalos a realizar actividad física al aire libre.

Otras recomendaciones para tener en cuenta

- Comparte tareas y responsabilidades domésticas con niñas, niños y adolescentes.
- Observa sus estados de ánimo y mantente alerta ante signos de tristeza, ansiedad, malestar u otros similares.
- Monitorea los tiempos dedicados a las tecnologías y el uso que hacen de estas.
- Promueve que realicen alguna actividad física y propicia hábitos de lectura.
- Prepáralos para la reincorporación a círculos infantiles y escuelas.

Para cuidarnos en casa

¿Sabes cómo cuidar a niñas, niños y adolescentes en casa durante la pandemia?

Aunque ya se hayan vacunado, lee y aplica estos consejos.

Llega un nuevo miembro a la familia

¿Cómo proteger al recién nacido?

- Evita las visitas para conocer al bebé. Mejor comparte fotos.
- En caso de recibir personas, atiéndelas en un espacio ventilado, conservando distancia y con nasobuco. El bebé debe permanecer en su cuna.
- Después que se marchen, desinfecta los objetos y las superficies con las que tuvieron contacto.
- Si eres una mamá que amamanta, lávate las manos y usa nasobuco para lactar. También vacúnate contra la COVID-19, así aumenta la inmunidad que transmites a tu bebé.

La lactancia materna es la mejor protección para menores de un año y no debe suspenderse.

Con niños y niñas pequeños en casa

¿Qué manejos no perder de vista?

- Manifiéstales afecto sin besos ni caricias directas.
- Garantiza que usen cubiertos, vasos, juguetes y ropas individuales.
- Evita que las personas les carguen innecesariamente. Si lo hacen, debe ser con nasobuco, previo cambio de ropas y desinfección de manos.
- Enséñales el hábito de lavarse frecuentemente manos y cara con agua y jabón.
- Limpia los objetos y espacios con los que interactúan cotidianamente.
- Mantenlos en lugares ventilados y ponte nasobuco al ocuparte de sus rutinas diarias (baño, alimentación, juegos).

Consejos para su alimentación

- Usa nasobuco cuando elabores y sirvas sus alimentos.
- No soples su comida para enfriarla.
- No pruebes los alimentos con sus cubiertos.
- Evita comer juntos.
- Si alguien les ayuda a comer, debe utilizar nasobuco en el proceso.
- Intenta alimentarlos de forma sana y balanceada.

Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

400 gorras

400 pulóveres

25 photocall

50 juegos de señalética

con mensajes de apoyo a la
inmunización contra la COVID-19
para vacunatorios del país

con el Departamento de
Comunicación del MINSAP y el
SNU en Cuba



Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba

Lista de distribución por
provincia de los materiales de
comunicación elaborados

Fuente: Departamento de
Comunicación del MINSAP

Distribución de materiales recibidos OPS								
Provincias	Infografías						Pulóver	Gorras
	1	2	3	4	5	6		
Pinar del Río	500	250	500	250	250	250	20	20
Artemisa	500	200	500	250	250	250	20	20
Mayabeque	500	250	500	250	250	250	20	20
La Habana	1000	500	1000	500	500	500	20	20
Matanzas	500	250	500	250	250	250	40	40
Cienfuegos	500	200	500	250	250	250	20	20
Villa Clara	500	200	500	250	250	250	20	20
S.Spíritus	500	200	500	250	250	250	20	20
Ciego de Ávila	500	200	500	250	250	250	30	30
Camagüey	500	200	500	250	250	250	20	20
Las Tunas	500	200	500	250	250	250	20	20
Holguín	500	200	500	250	250	250	20	20
Granma	500	200	500	250	250	250	20	20
Santiago de Cuba	500	200	500	250	250	250	20	20
Guantánamo	500	200	500	200	200	200	20	20
Isla de La Juventud	500	50	500	50	50	50	10	10
MINSAP (USN)							60	60
Totales	8500	3500	8500	4000	4000	4000	400	400

Comunicación de riesgos. COVID-19. 2021

Campaña nacional de comunicación para acompañar vacunación antiCOVID-19

Apoyo de OPS/OMS y SNU en Cuba





Gracias