

APRENDIENDO SOBRE EL VIRUS QUE PARALIZÓ AL MUNDO

Autores

- Daniela Chacón Medina
- Gabriela Chacón Medina
- Julia Maricela Torres Esperón
- Inarvis Medina González
- Lourdes Brito Gómez
- Yanet Blanco Fleites
- José Martín Medina Pérez
- María Cecilia Santana Espinosa
- Leticia Carrazco Rivero

Asesora

- Olga Lidia Revilla Vidal

Editorial Lazo adentro.

Unidad de Promoción de Salud y Prevención de Enfermedades. PROSALUD.

Calle 27 No. 207 e/ A y B, Vedado. La Habana. Cuba.

ISBN 978-959-283-189-6



Agradecimientos

A las niñas, niños, adolescentes y sus familias, que formaron parte de este sueño que fue creciendo como una bola de nieve, sin su motivación y colaboración hubiese sido imposible construir esta historieta. ¡Muchas gracias!

Y para que así conste de forma especial a:

Niñas, niños y adolescentes

Abigail de Jesús Martínez Yanes
Abram Larrinaga Puarié
Dahelen Caridad Rodríguez Martiato
Eduardo Castro García
Elías de Jesús Martínez Yanes
Frank Rodríguez Martiato
Gabriela de la Caridad Govea Blanco
Gabriela López Pedroso
Jaime Josué Larrinaga Puarié
Javier Ernesto López Varela
Leonardo Leyva Pérez
Marlon Arce Mollinedo
Maykol Castillo Torres
Monset Sesé Sánchez
Naia Tárano García
Robin Cobo Ybaceta
Roxana Hernández Brito
Sofhía Barbará Govea Blanco
Stefhan Fernández Rubio
Victoria Belén Fuentes del Pino
Yan Antuhan Labañino Reid

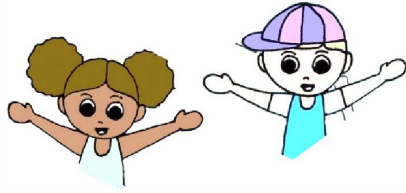
Familiares

Amarilis Lemes Corona
Ana Yanet Sánchez Gómez
Anai García Fariña
Carlos Luis Fernández Hernández
Carlos Rafael Larrinaga Diviño
Edith Alicia Pérez Echevarría
Geanne Puarié Pedroso
Kenia Mollinedo Velázquez
Lisandra Rubio Mederos
Liudy García Hernández
Livia Pedroso Machado
Lourdes Brito Gómez
María Yaima C Ybicate Menéndez
Raynoar Reid Vaillant
Tania del Pino Más
Yanet Blanco Fleites
Yulia Torres Villegas

A la oficina cubana de la Organización Panamericana de la Salud (OPS/OMS) por la colaboración técnica y en especial a la Dra. C. Tania del Pino Más. Profesional de Comunicación de OPS/OMS. Cuba.

Al Centro Nacional de Promoción de Salud (PROSALUD) y en especial a la Dra. Olga Lidia Revilla Vidal que se implicó como una más en el grupo, colaboró con sus criterios y facilitó las gestiones para que la historieta viera la luz en formato impreso.

Agradecemos la contribución financiera de la Embajada de Canadá para la reproducción de la Historieta: “Aprendiendo sobre el virus que paralizó al mundo”.



Presentación

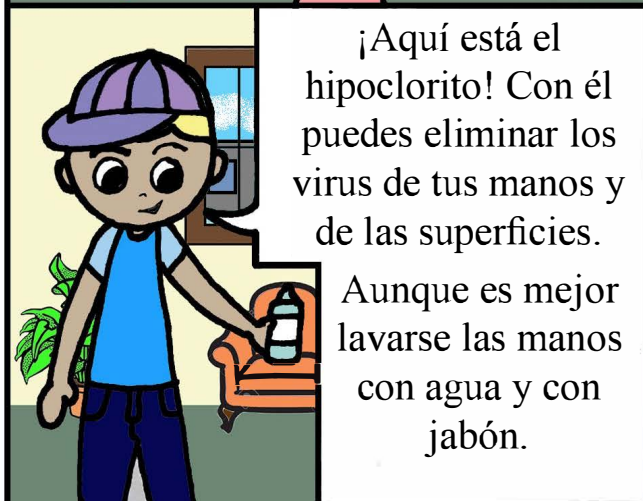
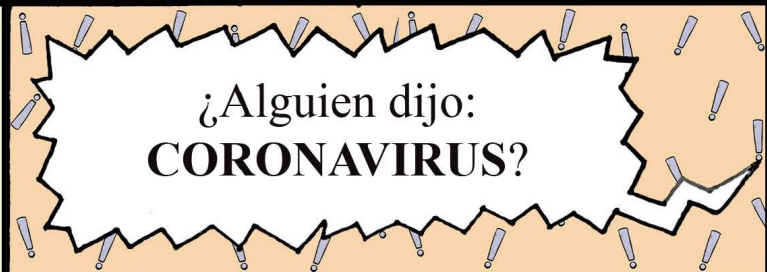
¡Hola!

Te presentamos una historieta en la que encontrarás información sobre el coronavirus SARS – Co V – 2 y la enfermedad que provoca, la COVID -19.

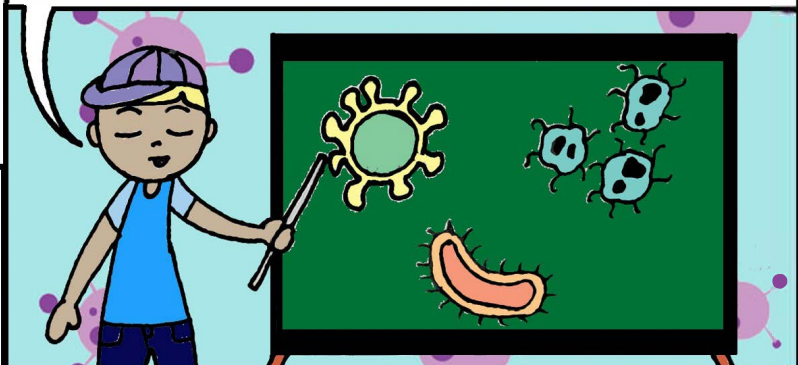
Se inspiró en la necesidad de enseñar a niñas, niños y adolescentes sobre la importancia de cumplir las medidas orientadas por el Ministerio de Salud Pública (MINSAP) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) para evitar la propagación del coronavirus y proteger su salud y la de su familia.

Además, los mensajes que aparecen en las pancartas informativas te serán de utilidad ya que ofrecen medidas preventivas para enfermedades infecciosas ocasionadas por virus como son la Gripe Común, la Rubeola, la Varicela (más conocida como La China), entre otras.

Dentro de los textos encontrarás palabras en color rojo para llamar tu atención. ¿Quieres saber que significan? Podrás encontrar la explicación al final de la historieta. Esperamos que te sea de gran utilidad, la puedes compartir con tus familiares, amistades de la escuela y de la comunidad en que vives.



En nuestro planeta existen microbios que son muy pequeños y no podemos verlos, solo es posible observarlos a través de microscopios. Ellos son los virus, bacterias, parásitos y otros.





Aunque convivimos con ellos todo el tiempo, algunos pueden producir enfermedades muy graves.

Los virus tienen forma de bolitas muy pequeñas, están envueltos en una capa de grasa para entrar a nuestro cuerpo o en el de los animales, la usan para sobrevivir. Cuando esto sucede podemos tener una infección y también enfermarnos.

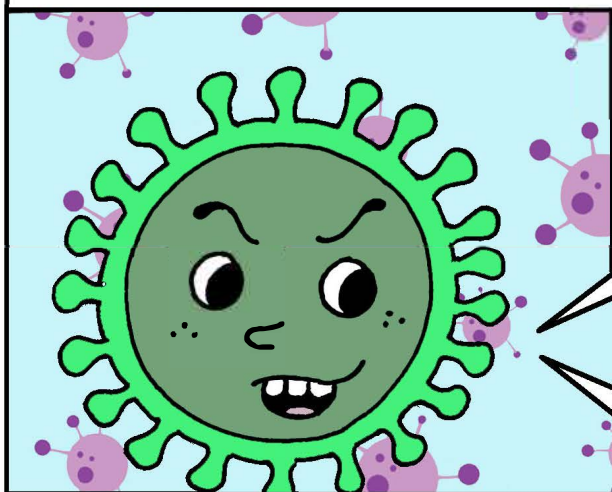
¿Qué es una infección?



Es la entrada y **reproducción** de los virus, bacterias, hongos, y parásitos en el cuerpo humano o de los animales, que pueden provocar o no la aparición de **síntomas** que dan lugar a una enfermedad.



Si la infección la causa un virus se llama virosis. Por ejemplo: el dengue, el zika, el chikunguya y el nuevo coronavirus.



Existen muchos tipos de virus. Todos somos muy parecidos, se dice que somos de la misma familia.

Somos más pequeños que las bacterias.

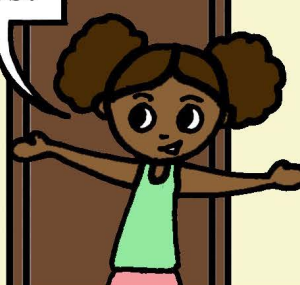


Entonces...
¿Qué son los coronavirus?



No lo sé... pero podemos llamar a la Doctora González.

¡Vamos!



En el Consultorio

¡Ring!
¡Ring!

¡Buenos días, doctora!

Yo soy Andrés y ella es mi prima Gabriela. Tenemos algunas dudas sobre el coronavirus y sobre cómo podemos protegernos.

¿Podría ayudarnos?



¡Buenos días!

¡Me encantaría ayudarlos!

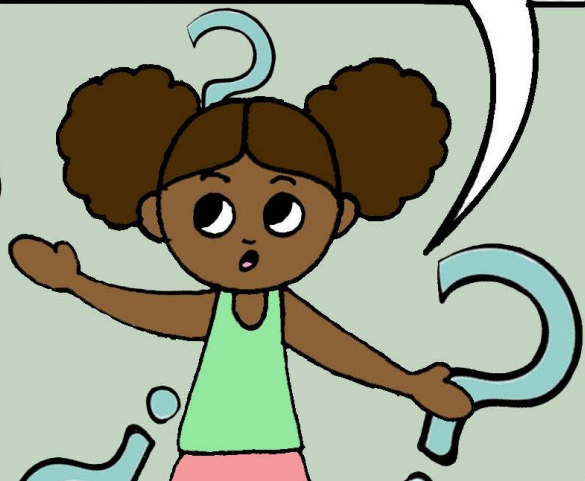
Díganme sus preguntas.



Ya sabemos que son los virus pero, ¿qué son los coronavirus?



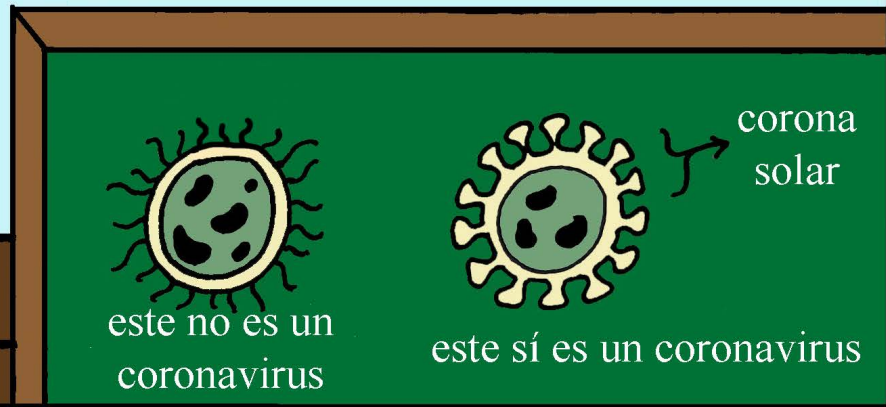
Además, hemos visto la televisión y dicen cosas como "COVID-19" y "SARS-CoV-2" ¿Qué palabras y números son esos?



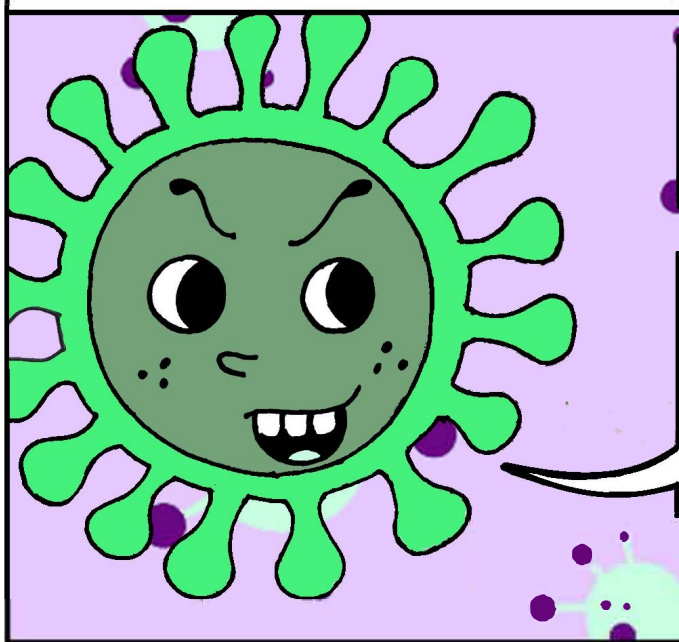


Los coronavirus son una familia de virus que los científicos conocen hace mucho tiempo.

Ellos son redondos y tienen muchas espinas en forma que parecen coronas, de ahí, el nombre de CORONAVIRUS.



Hay varios tipos de coronavirus, en las personas y los animales causan una virosis que parece una gripe o catarro. En el año 2019, surgió un nuevo coronavirus causando una nueva enfermedad.



Los Virus también tenemos nombres.

Nuestros apellidos muchas veces se relacionan con números de años o el orden en que nos descubren.

En cuanto a la palabra SARS-Cov-2 es el nombre que un grupo de expertos dio al virus en una reunión mundial.

COVID-19 es el nombre de la enfermedad provocada por este virus.

El nombre, COVID-19, está formado por la abreviatura de las palabras COV, de coronavirus; D, de enfermedad en inglés (disease) y 19, porque el virus fue identificado en el año 2019.

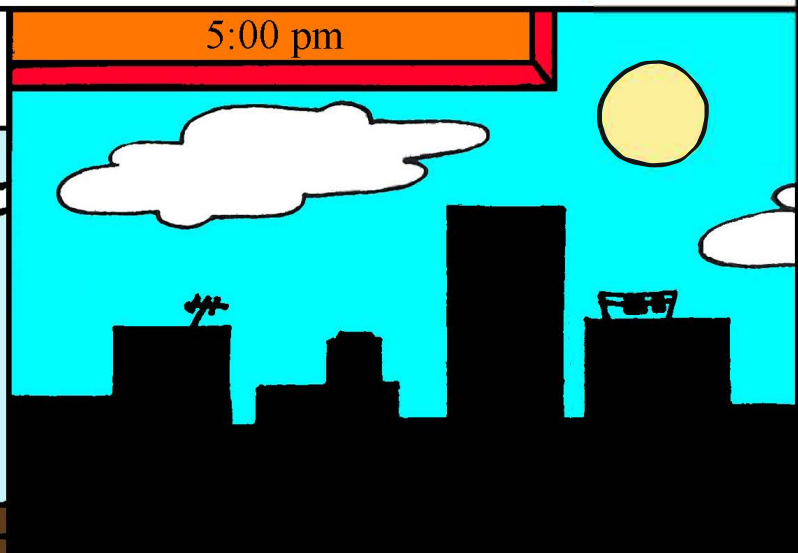


Este nuevo virus está causando una pandemia, que es cuando una enfermedad se expande de forma muy rápida por el mundo

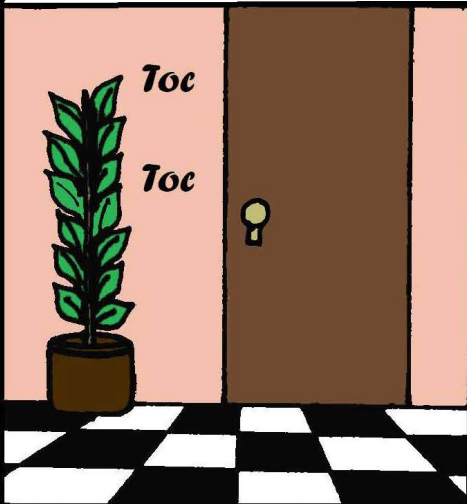
Doctora tiene un paciente.

Bueno, tengo que dejarlos, esta tarde paso por su casa con un amigo que sabe sobre el tema.

5:00 pm



Casa de Andrés y Gabriela.

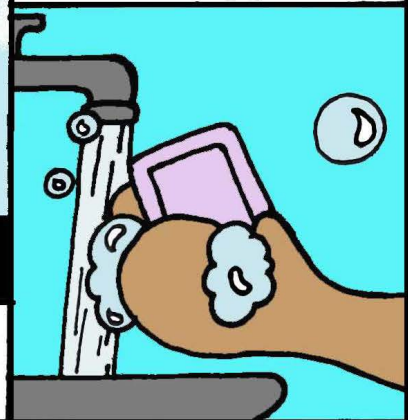


¡Buenas tardes! ¿Cómo están? ¿Todo bien?



Todo bien, pasen al baño a lavarse las manos.

Al llegar se lavaron bien las manos.



Hola niños, les presento a mi amigo, el enfermero Jorge. Él conoce mucho sobre el coronavirus.



Buenas tardes, mucho gusto.

Mucho gusto, ella es mi prima Gabriela y yo Andrés.



¡Hola!

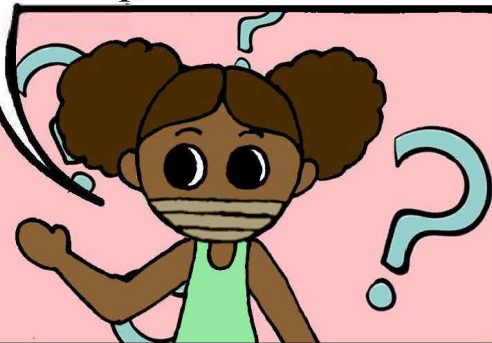
La doctora me dijo que tenían dudas sobre el coronavirus. ¿Cuáles son?



Bueno, queremos saber cómo surgió este virus y de dónde vino ...

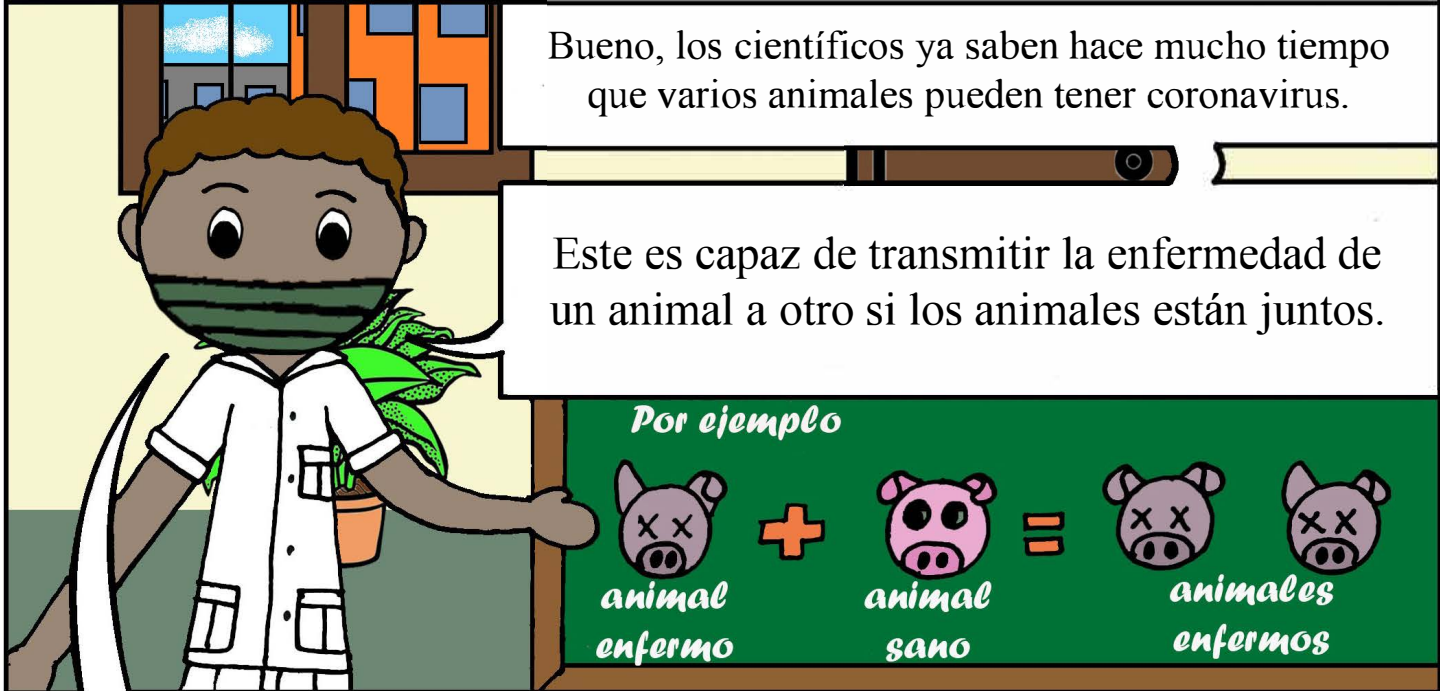


...y si la COVID-19 es una enfermedad grave y qué sienten las personas.

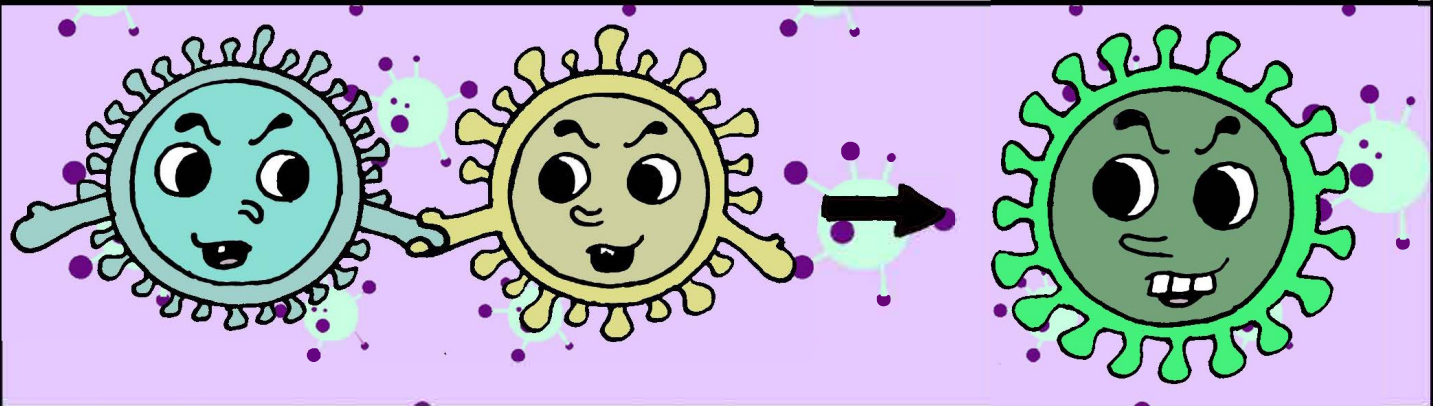


Bueno, los científicos ya saben hace mucho tiempo que varios animales pueden tener coronavirus.

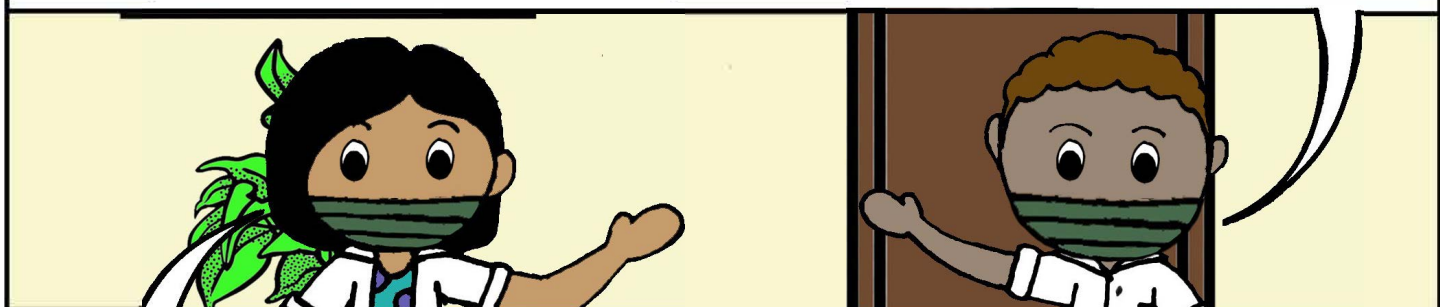
Este es capaz de transmitir la enfermedad de un animal a otro si los animales están juntos.



Cuando dos coronavirus se encuentran, ellos se pueden mezclar dando origen a un nuevo tipo de coronavirus.

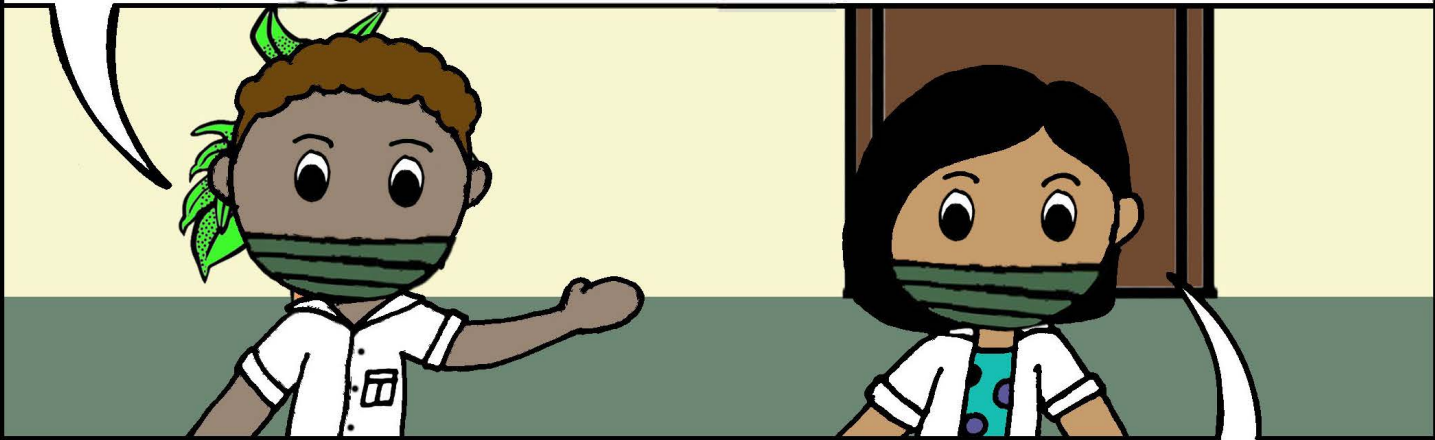


Por eso los científicos afirman que el SARS-CoV-2 pudo haber surgido de los animales.

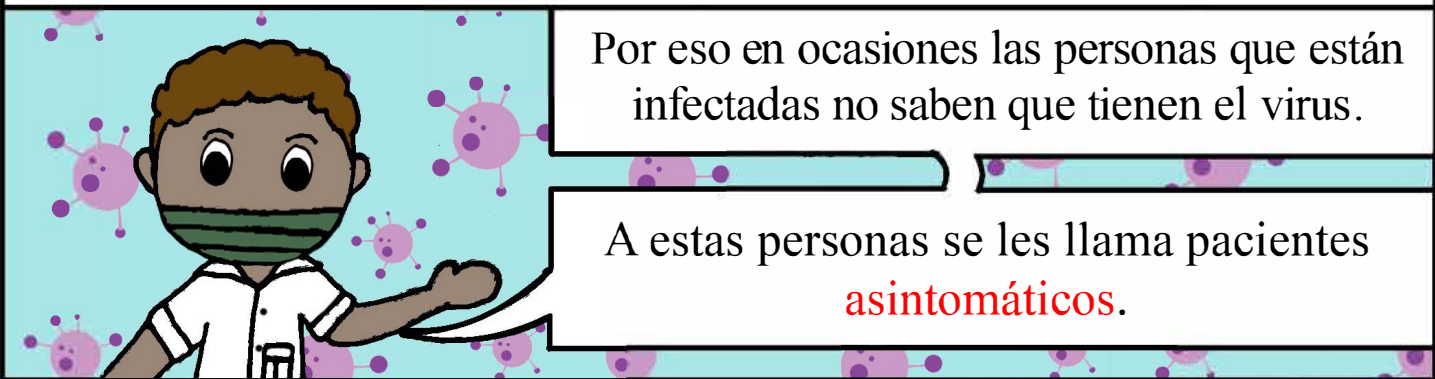


En ocasiones las personas tienen contacto con los animales y pueden enfermarse.

El virus pudo haberse mezclado y pasado a los seres humanos dando origen a una nueva enfermedad, la COVID-19.



Por increíble que parezca, algunas veces el virus llega a nuestro cuerpo y se retira sin las personas saberlo.

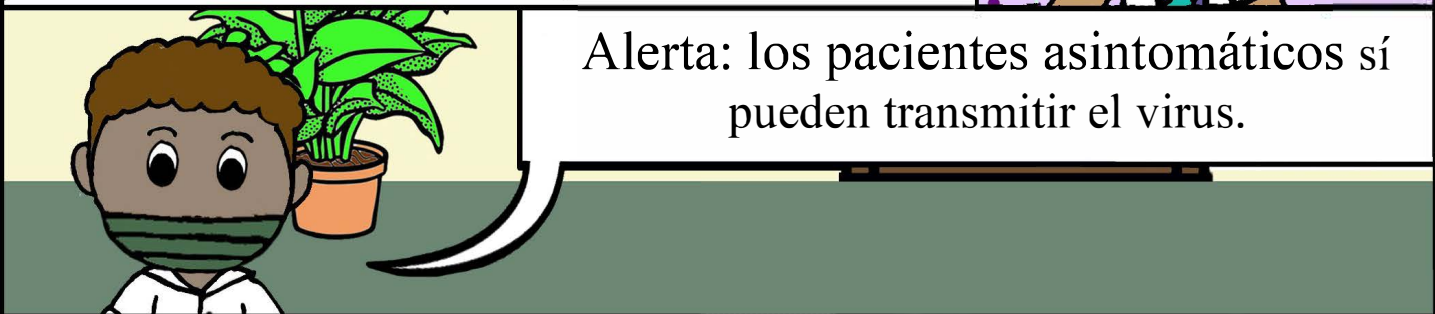
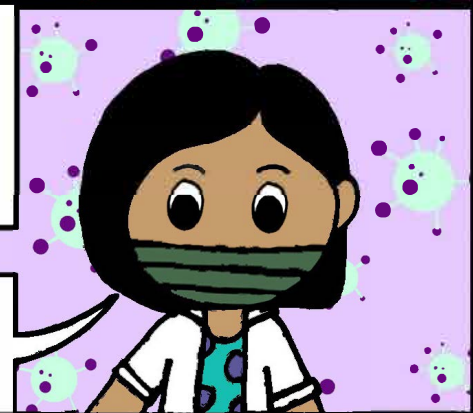


Por eso en ocasiones las personas que están infectadas no saben que tienen el virus.

A estas personas se les llama pacientes **asintomáticos**.

Otros tienen síntomas como fiebre, tos, falta de aire, cansancio y dolor de garganta o de cabeza.

También pueden dejar de sentir el sabor de los alimentos y el olor de las cosas.



Alerta: los pacientes asintomáticos sí pueden transmitir el virus.

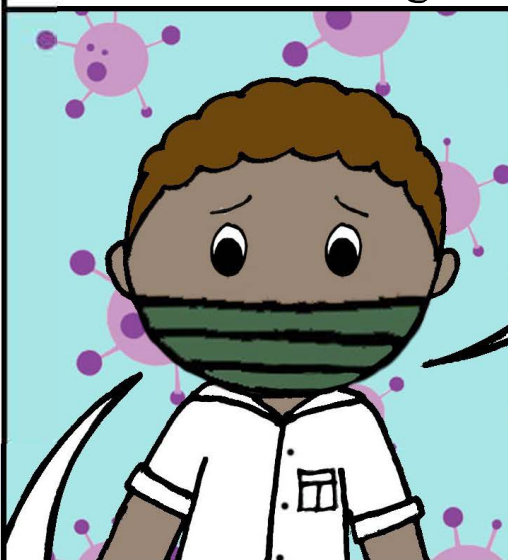
Estos síntomas duran normalmente de tres a diez días.



Si alguien tiene los síntomas que hemos dicho, aunque sean leves, debe acudir al médico.



Este determinará si presenta o no la enfermedad. Si la tiene debe ingresar de inmediato a un hospital.



Ustedes deben haber visto en la televisión o en internet muchas noticias sobre esta enfermedad.



Entre ellas, se encuentra la noticia de que muchas personas están muriendo por la COVID-19. Esto infelizmente es verdad.

Como ya les había explicado una parte de la población que se contagia con el virus llega a estar muy grave.



¿Y los niños podemos enfermarnos?



Los niños tienen facilidad para contagiarse de algunas enfermedades.

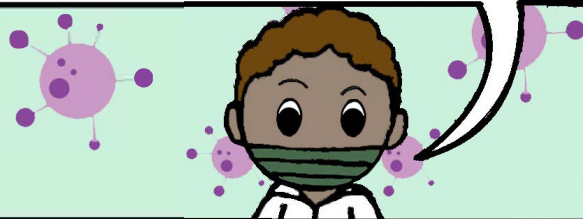


Por eso las vacunas son importantes.

Mientras vamos creciendo nuestro cuerpo se vuelve más fuerte y obtiene defensas contra los microbios.



Los niños tienen las mismas **posibilidades** de enfermarse que los adultos.



Es más frecuente que los niños presenten formas leves de la enfermedad



pero se ha observado que pueden **agravar**.



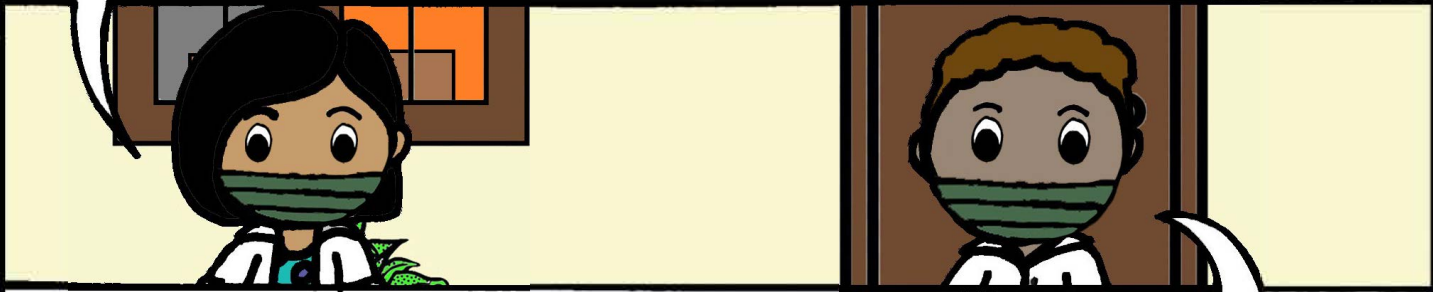
Por lo que sabemos hasta ahora, este virus es más peligroso para los ancianos.

El SARS-CoV-2 también es un problema mayor para las personas con enfermedades sin cura.



En este caso, es grave, incluso para las personas jóvenes

Bien, ya sabes que los niños también tienen posibilidades de enfermarse.



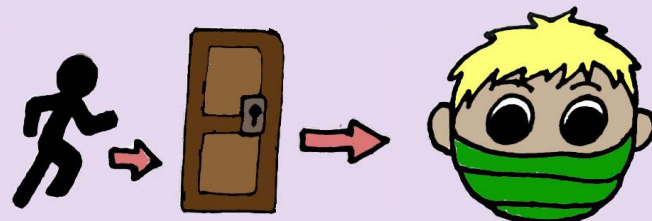
Por ello es que no se deben dejar de proteger.

Es importante:

lavarse las manos con agua y jabón



usar el nasobuco al salir de casa



De esta forma tienes menos posibilidades de infectarte y no transmites la enfermedad.

Además, así también proteges a tus padres y tus abuelos.

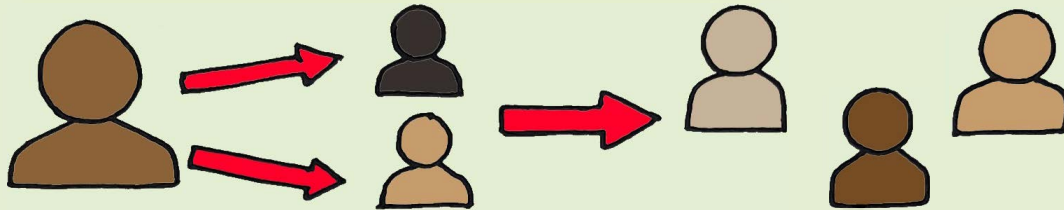


¡Sorpresa! Les
trajimos
carteles
informativos.

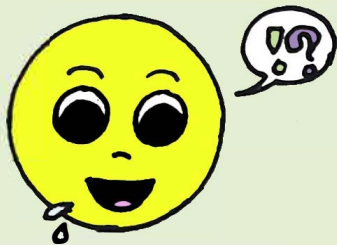
¿Cómo el virus llega a nosotros?

Transmisión:

Es cuando los microbios pasan de una persona a otra.



El virus se transmite, principalmente, por las goticas cuando



HABLAMOS



TOSEMOS

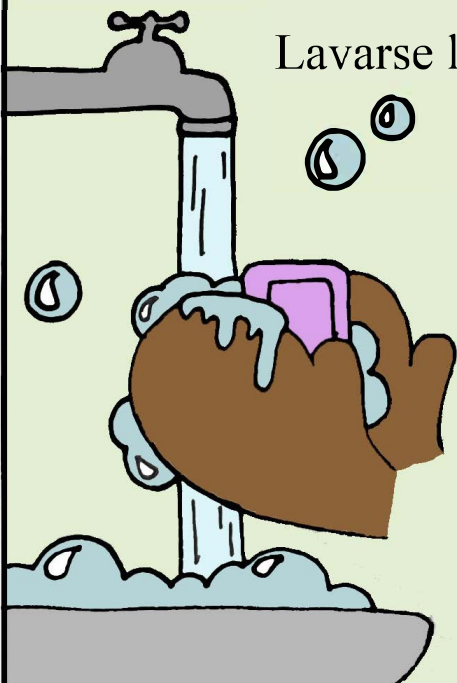


ESTORNUDAMOS

Las gotas pueden estar en las manos y los objetos que tocamos.

Importante

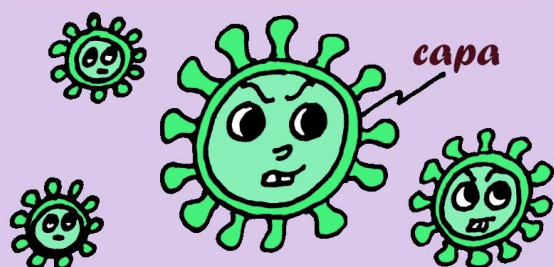
Lavarse las manos



Desinfectar las superficies

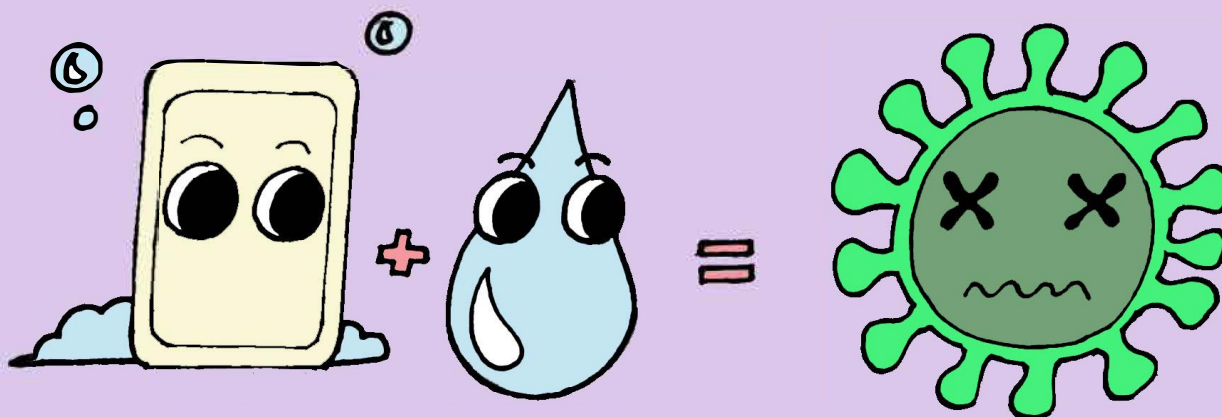


¿Por qué el virus muere cuando nos lavamos las manos?



Todos los coronavirus tienen una capa de grasa.

El jabón disuelve la capa que tiene el virus. Es de esta forma que él muere y el agua se lleva el virus fuera de la piel.



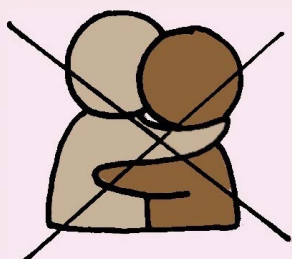
El alcohol y el hipoclorito de sodio hacen la misma función, pero lavarse las manos debe ser la primera acción.

Cuando estemos en locales donde no exista agua y jabón, debemos limpiar nuestras manos con gel hidroalcohólico.

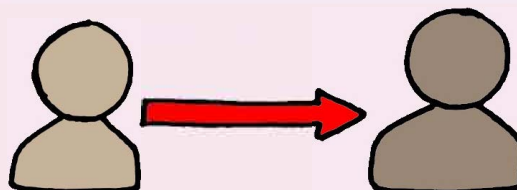


¿Qué más podemos hacer para protegernos?

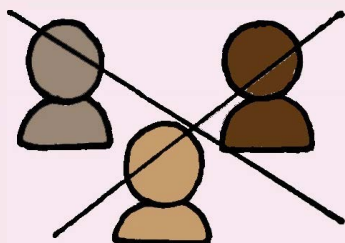
Evitar los abrazos



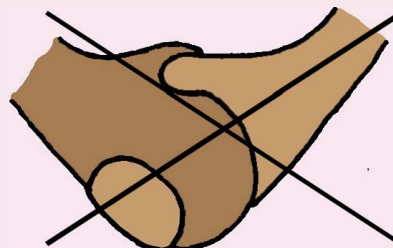
Mantener una distancia mínima de 1 metro con otras personas



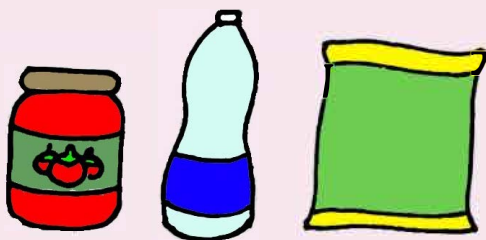
Evitar las **aglomeraciones**



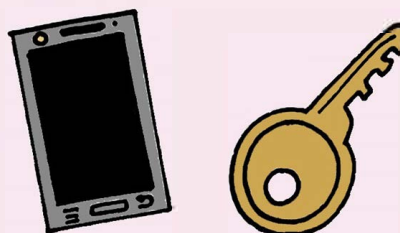
No dar la mano



Limpiar los productos antes de guardarlos



Desinfectar los celulares y llaves



Poner un paño con hipoclorito cerca de la puerta para limpiar los zapatos antes de entrar a la casa.

Recuerda:

Usar el nasobuco al salir de casa, lavarlo a mano con abundante agua y jabón, cambiarlo cuando se humedezca.

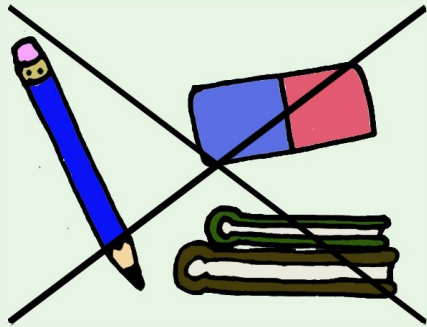


¿Por qué no podemos salir de la casa cuando hay mucha transmisión del virus?

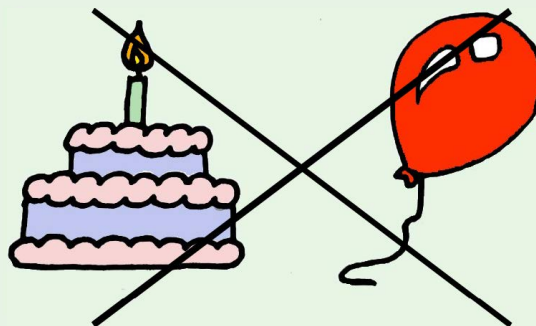
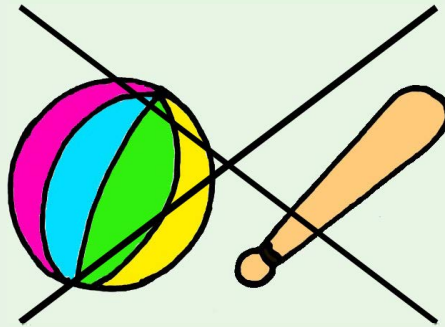
Para evitar el contagio. De esta forma nos cuidamos y cuidamos a nuestra familia.

Durante este tiempo los niños no deben:

Ir a la escuela



Jugar con los amigos



Ir a fiestas de cumpleaños

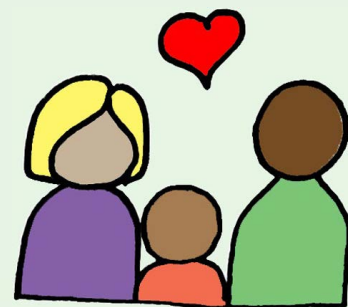
Estás en el mejor lugar del mundo



En casa



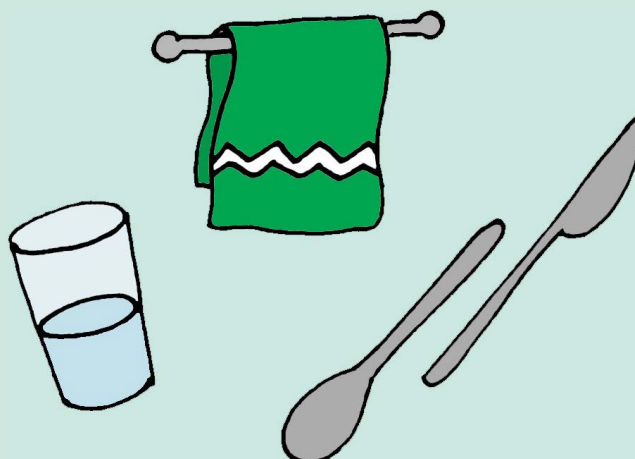
Con tu familia



¿Y si alguien que conozco se enferma?

Debe visitar al médico.

La persona enferma es ingresada en el hospital. Al regresar a casa debe estar aislado en una habitación y no debe compartir sus objetos personales.



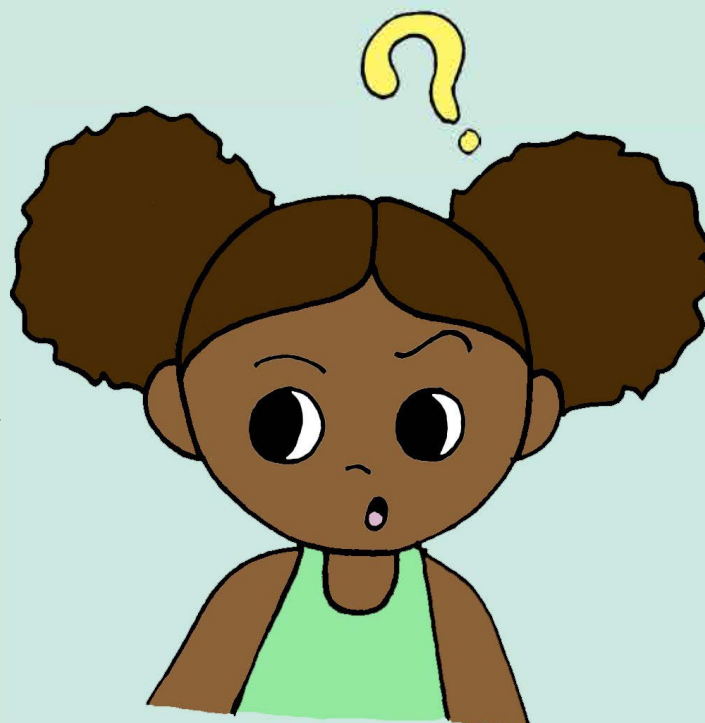
Atención

Ninguna persona debe tomar medicamentos sin indicación médica.

Si tienes dudas tus padres pueden:

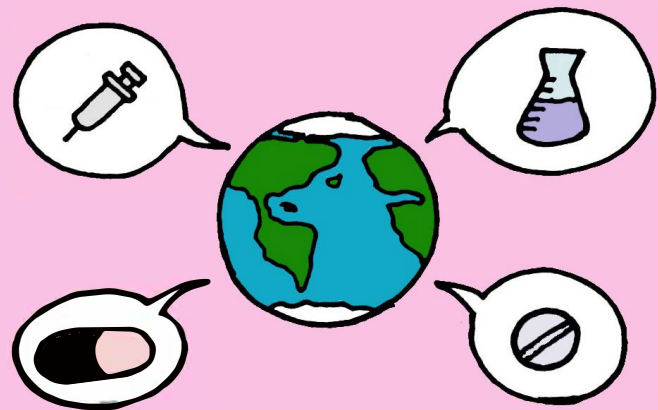
escribir al correo
covid19@infomed.sld.cu

o llamar al número
800 72583



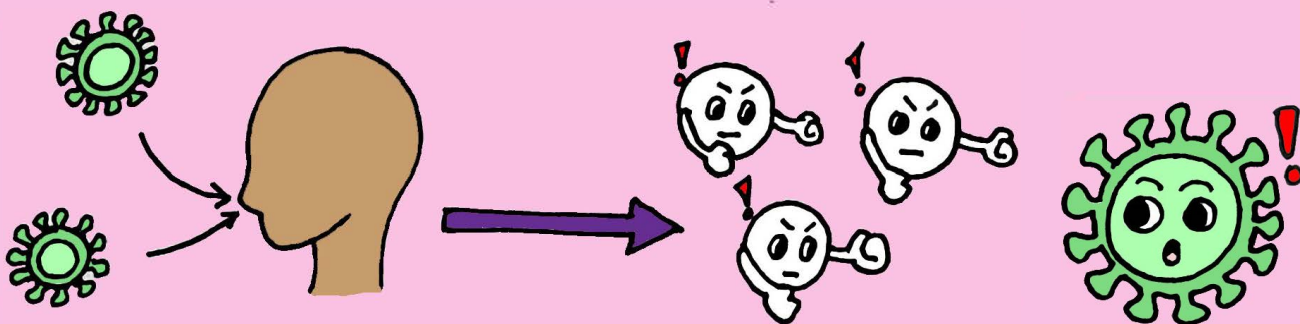
¿Existe algún medicamento o vacuna para la COVID-19?

Se están realizando muchas investigaciones y se están probando medicamentos. Lo mismo ocurre con las vacunas, en lo que Cuba avanza muy bien con cuatro candidatos vacunales: SOBERANA 01, SOBERANA 02, Mambisa y Abdala.



¿Si alguien contagiado de COVID-19 se recupera, nunca más tendrá la enfermedad?

Nadie lo sabe con certeza.

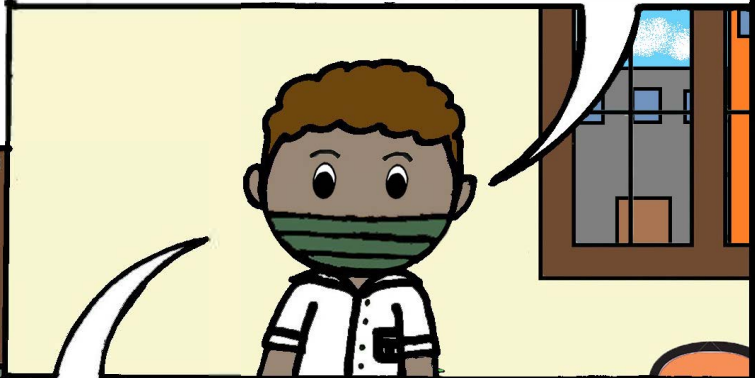


Cuando un virus entra a nuestro cuerpo producimos anticuerpos que nos protegen, pero varía según el virus que nos afecte.

¡Qué interesantes los carteles!
Gracias.



Estos son momentos de grandes
cambios,



por eso es normal sentir miedo, tristeza o
ansiedad.

Una forma de sentirse mejor al
tener estas emociones es conversar
sobre ellas con sus padres y amigos.



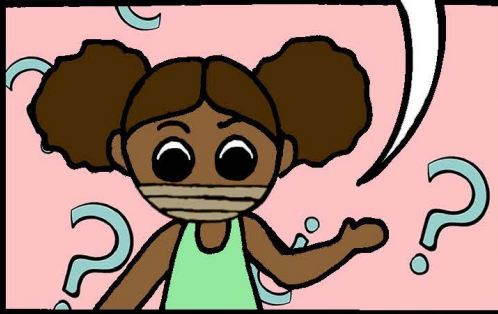
Respirar de manera correcta ayuda a
mantener la calma y alivia la ansiedad.

También existe una persona que
es especialista en conversar sobre
emociones y sentimientos.

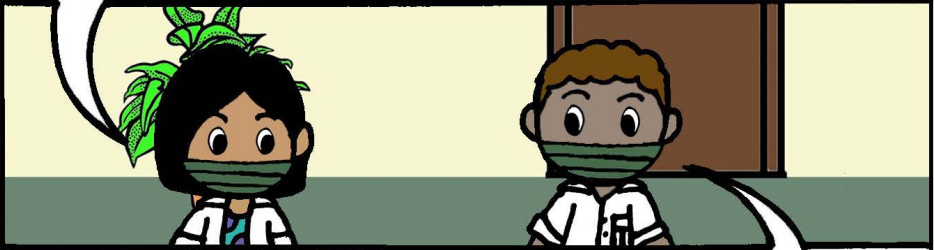


Es el psicólogo o psicoterapeuta.

¿Cuándo se termina esta situación?

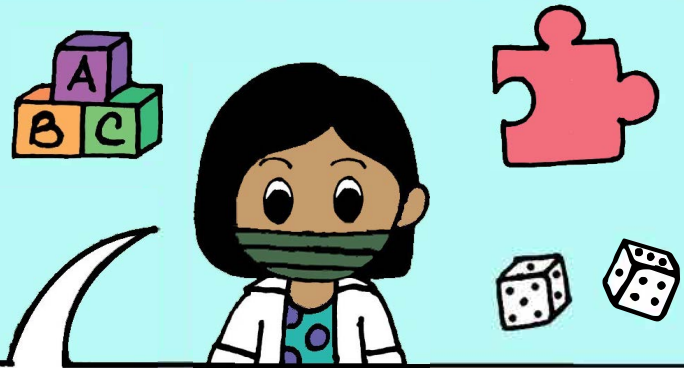
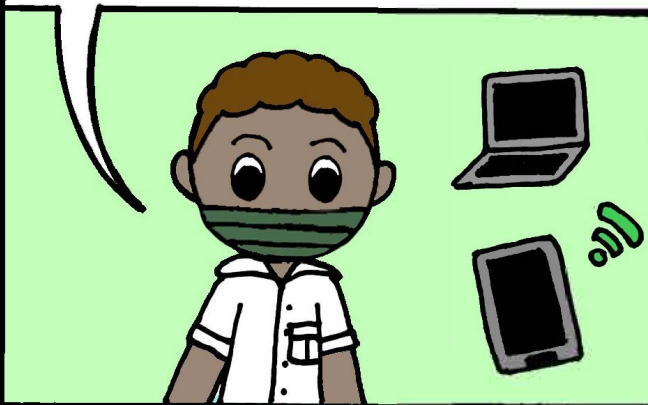


No sabemos el día exacto, pero toda pandemia tiene su fin.



Mientras, sean creativos.

Eviten estar mucho tiempo frente a la computadora.



Recuerda aquellos juguetes que olvidaste encima del escaparate, tómalos y diviértete.



Diccionario

Abreviatura: representación de una palabra por medio de una o varias de sus letras.

Aglomeraciones: gran cantidad de cosas o personas reunidas en un mismo lugar.

Agravar: hacer el estado de una persona o de una cosa más grave, molesta o preocupante de lo que era.

Convivimos, del verbo convivir: vivir una persona en compañía de otra u otras en el mismo lugar o tiempo.

Grave: que es peligroso o puede tener malas consecuencias.

Infecciones, de infección: cuando microorganismos como virus o bacterias invaden nuestro cuerpo y nos causan enfermedades.

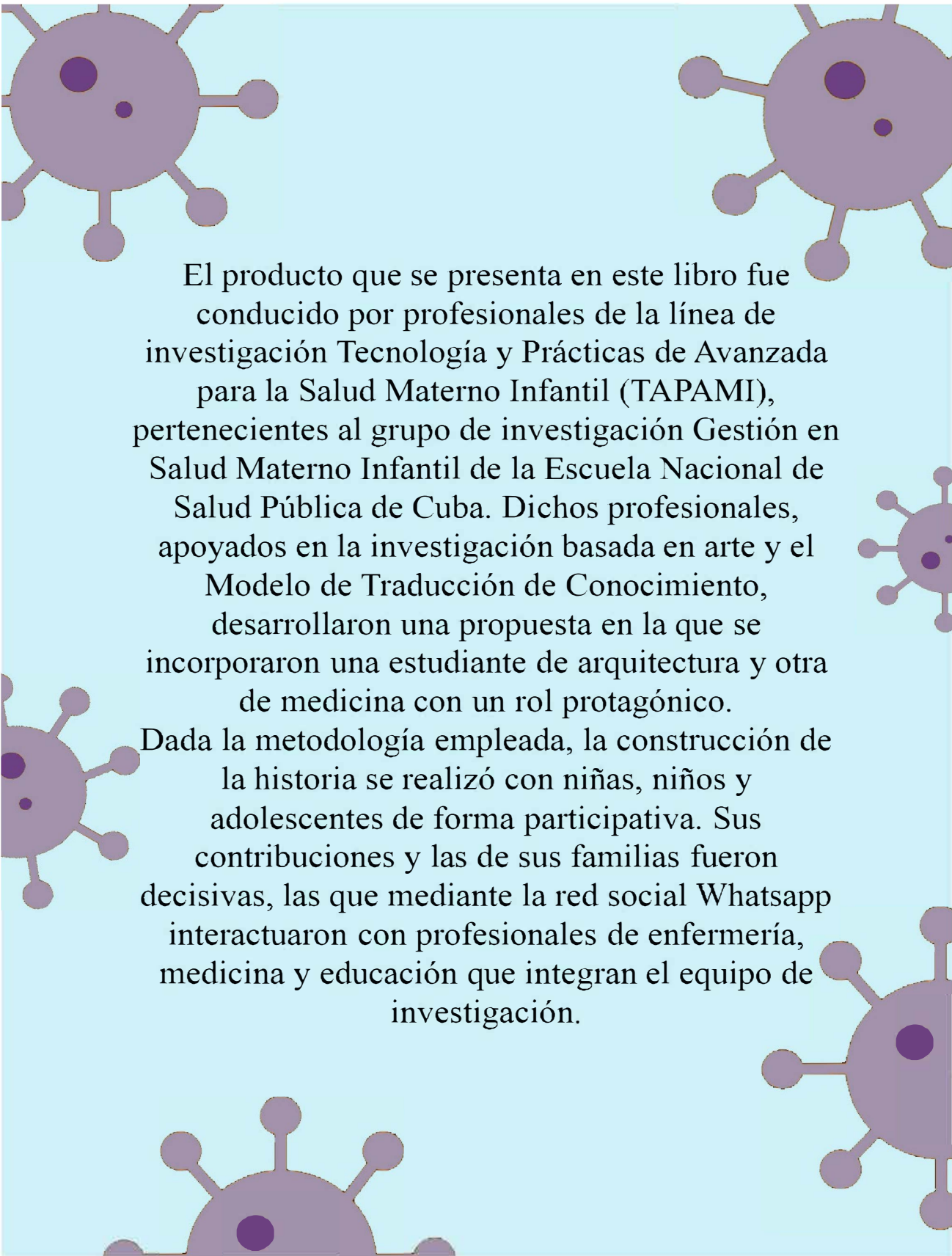
Leve: que es ligero o tiene poco peso; fácil de soportar.

Posibilidades: conjunto de medios o bienes económicos de cada persona.

Reproducción: función mediante la cual uno o dos organismos vivos generan un individuo nuevo de la misma especie.

Síntomas: fenómeno propio y revelador de una enfermedad.

Sobrevivir: seguir viviendo después de un determinado suceso. En este caso el virus sobrevive por su capa de grasa.



El producto que se presenta en este libro fue conducido por profesionales de la línea de investigación Tecnología y Prácticas de Avanzada para la Salud Materno Infantil (TAPAMI), pertenecientes al grupo de investigación Gestión en Salud Materno Infantil de la Escuela Nacional de Salud Pública de Cuba. Dichos profesionales, apoyados en la investigación basada en arte y el Modelo de Traducción de Conocimiento, desarrollaron una propuesta en la que se incorporaron una estudiante de arquitectura y otra de medicina con un rol protagónico.

Dada la metodología empleada, la construcción de la historia se realizó con niñas, niños y adolescentes de forma participativa. Sus contribuciones y las de sus familias fueron decisivas, las que mediante la red social Whatsapp interactuaron con profesionales de enfermería, medicina y educación que integran el equipo de investigación.