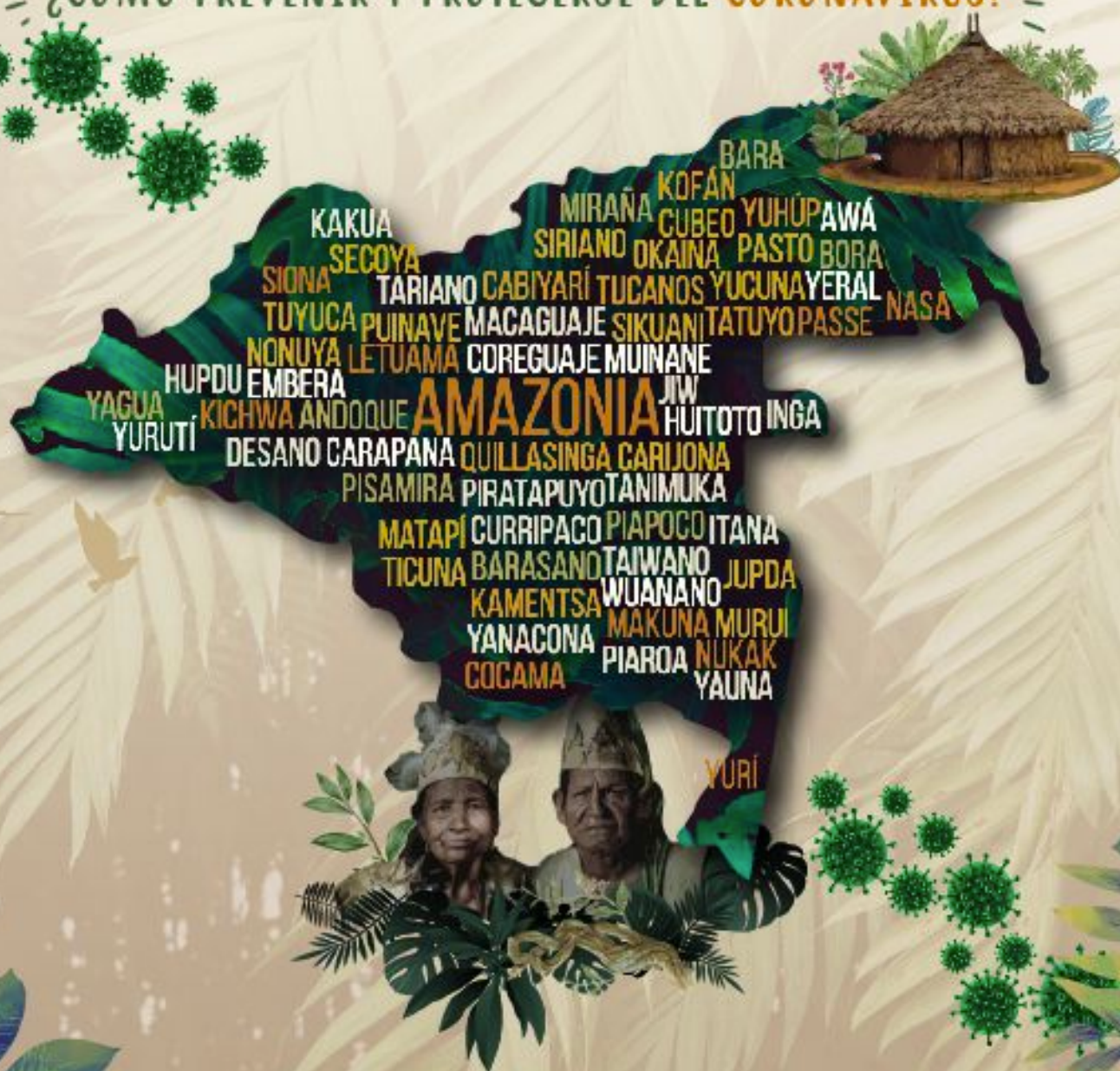




Organización Nacional de los
Pueblos Indígenas de la
Amazonía Colombiana

MENSAJE Y CONSEJOS PARA EL CUIDADO DE LA SALUD DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS DE LA AMAZONÍA COLOMBIANA

¿CÓMO PREVENIR Y PROTEGERSE DEL CORONAVIRUS?



PARA LOS PUEBLOS INDÍGENAS LA SALUD ES ARMONÍA, EQUILIBRIO, ALEGRÍA Y BIENESTAR.

La Organización Nacional de los Pueblos Indígenas de la Amazonia Colombiana-OPIAC, vocera política y representante de los pueblos 64 Pueblos indígenas de la Amazonia, desde nuestro deber ético, solidario y fraterno nos sumamos para cuidar la vida de nuestros pueblos y comunidades, teniendo en cuenta que:

Para los pueblos indígenas en Colombia la salud es un estado de armonía y equilibrio que responde a la colectividad e integralidad de la cosmovisión y la territorialidad, que a su vez depende mucho de las relaciones entre las personas, la comunidad y la naturaleza(SISPI, 2013).

Por otra parte, la enfermedad tradicionalmente es entendida como desarmonía integral por las acciones irresponsables de la misma humanidad deshumanizada que atenta contra su propia vida y la de su especie.

Además, está relacionado con la falta de alimento suficiente y es un fenómeno con un alto poder destructivo que ocasiona en la población sobreviviente, una mayor propensión a contraer enfermedades por el resto de sus vidas y a quedar limitados a múltiples factores de riesgo lo que, en última instancia, pone en peligro la existencia misma de los pueblos indígenas. A pesar de ello, las enfermedades propias de la población indígena son una de las principales amenazas para la supervivencia, el crecimiento y el desarrollo de las capacidades de los infantes, niños, adolescentes, jóvenes, adultos y adulto mayor, así como para la puesta en

marcha de los planes de vida.

Teniendo en cuenta que actualmente enfrentamos un problema de salud pública por el virus llamado coronavirus (COVID-19) y que la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró que el nuevo brote de coronavirus es una pandemia dado que hay 118.000 caso, más de 4.000 muertes y que el virus se ha expandido a todos los continentes excepto la Antártica.

Invitamos a nuestros hermanos indígenas de la Amazonia que conozcan que es el coronavirus para así entender, prevenir, enfrentar y curar desde el conocimiento ancestral y occidental a este enemigo que amenaza con desarmonizar y desequilibrar la salud de los pueblos indígenas, y de la humanidad en general.

Exigimos a las personas extranjeras y nacionales que son amantes de visitar las comunidades indígenas, abstenerse de ingresar a los territorios indígenas, pues para su conocimiento en la Amazonia el servicio de salud que presta el Estado no llega a esas zonas apartadas y si llega, es precaria y no cuenta ni con las condiciones, ni con los medicamentos suficientes, ni con los recursos, ni con los instrumentos tecnológicos adecuados, y pocas veces se tiene en cuenta el enfoque diferencial étnico amazónico.

Le pedimos respeto solidaridad, hermandad para con nuestros pueblos que se encuentran vulnerables ante la pandemia que afecta toda la humanidad, sino lleva servicio de salud no lleve enfermedades.

— A MANERA DE INFORMACIÓN: —

¿Qué es pandemia?

Según la Organización Mundial de la Salud. Una pandemia se define como la "propagación mundial" de una nueva enfermedad. Considerando que un brote es la aparición de casos de enfermedades que exceden lo que normalmente se espera.

¿Qué es el coronavirus?

Los coronavirus son una familia de virus que han afectado la salud de las personas. Sus diferentes tipos provocan distintas enfermedades, desde un resfriado hasta un síndrome respiratorio grave, una forma grave de neumonía (OMS, 2020)

Gran parte de los coronavirus no son peligrosos y se pueden tratar de forma eficaz. De hecho, la mayoría de las personas contraen en algún momento de su vida un coronavirus, generalmente durante su infancia. Aunque son más frecuentes en otoño o invierno, se pueden dar u ocasionar en cualquier época del año (Cuidate plus, 12-03-2020).

Modo de transmisión del coronavirus

a) Los coronavirus se transmiten por el consumo de murciélago u otras especies que son consideradas exóticas, aunque en el caso del COVID-19, que es el que actualmente se está expandiendo ni la medicina ni la ciencia han logrado identificar sus orígenes.

b) El contagio en humanos se produce generalmente por vía respiratoria, a través de las gotitas respiratorias que las personas producen cuando tosen, estornudan o al hablar.

TIPOS DE CORONAVIRUS

En los coronavirus humanos, la gravedad puede variar sustancialmente entre un tipo y otro

a) Coronavirus de resfriado

Esta variante de coronavirus corresponde a los tipos 229E y OC43, que provocan los síntomas comunes de un resfriado, aunque en los casos más graves también pueden ocasionar una neumonía en personas de edad avanzada o en neonatos.

b) Síndrome respiratorio agudo severo (SRAS)

Es una forma grave de neumonía. Provoca dificultad respiratoria y fiebre superior a los 38 grados. El brote de 2020 se extendió por todo el mundo, aunque su frecuencia siempre ha sido mayor en el este asiático.

Síntomas del coronavirus

En relación a los síntomas del coronavirus, éstos dependen principalmente de la gravedad que el virus ocasiona en la persona contagiada, ya que, si bien es cierto que en algunos casos causa un resfriado leve, en otras puede llegar a ser un Síndrome Respiratorio Agudo Severo.

Como regla general, sus síntomas pueden ser:

Dolor leve de garganta, Tos, Dolor de cabeza, Escalofríos, Fiebre no muy alta, Malestar general.

En casos raros puede causar encefalitis (inflamación del cerebro).

Como vemos, los síntomas causados por el coronavirus tienden a ser parecidos a los causados por el rinovirus.

Además, la mayoría de las muertes contabilizadas en la actualidad se deben a la existencia de neumonía aguda asociada a fallo renal (Revista de salud y bienestar, 2020)



••• TRATAMIENTO •••

La Organización Mundial de la Salud 2020, asevera que hasta la fecha no existe un tratamiento efectivo o vacuna contra el coronavirus, aunque se trabajando aceleradamente en ello, pero si se siguen las recomendaciones se puede controlar y curar la enfermedad. En este sentido la OMS invita a la población mundial a tener en cuenta las siguientes recomendaciones para prevenir el coronavirus.

Recomendaciones para prevenir el coronavirus

1. Lavarse la mano frecuentemente con desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón.

2. Limpiar de forma regular las habitaciones utilizadas. Ya que el virus puede permanecer activo durante varios días.

3. Evitar tocarse los ojos, nariz y boca, ya que a través del contacto se pueden recoger el virus y transferirse a los ojos y el resto de la cara y desde allí entrar en el cuerpo.

4. Cubrirse la boca y la nariz con el codo doblado o un pañuelo descartable al toser o estornudar e inmediatamente desecharlo. Los virus respiratorios como el resfriado, la gripe y la cepa COVID-19 se propagan cuando una persona infectada tose o exhala.

5. En caso de estar cerca de una persona que tosa o estornude, mantener una distancia prudente de un metro. Si está cerca, puede respirar el virus de la COVID-19, si la persona tiene la enfermedad.

6. Si presenta fiebre, tos y dificultad para respirar se recomienda buscar atención médica avisando de los síntomas con antelación y siguiendo las instrucciones de las autoridades sanitarias locales. Además de

protegerse, ayudará a prevenir la propagación de virus.

7. Informarse a través de fuentes confiables y oficiales como la web de la OMS, el Ministerio de Salud o el Gobierno.

8. Ante cualquier síntoma, aislarse para evitar el contagio. En caso de no ser posible, no compartir los mismos cubiertos, desinfectar los espacios cerrados y mantenerse alejado de otras personas.

9. El coronavirus afecta principalmente las vías respiratorias, ante cualquier dificultad para respirar o tos elevada, consulte a un médico.

10. Aunque es normal sentir ansiedad respecto al tema se recomienda no caer ante el miedo o pánico. Inclusive si vive en un país donde el virus se encuentra en circulación.

11. Evitar el consumo de productos animales crudos o poco cocidos.

12. Manipular con cuidado la carne, la leche o los órganos de animales crudos. Para evitar la contaminación de alimentos no cocinados.

13. Permanecer en casa al empezar a sentirse mal. Si es indispensable salir de casa o recibir una visita (por ejemplo, para conseguir alimentos) usar un cubre bocas.

Cuando hay que usar tapabocas o mascarillas

Las existencias de mascarillas o tapabocas en el mundo se están agotando por lo que la Organización Mundial de la Salud aconseja utilizarlas solo si:

- Se presenta síntomas respiratorios del coronavirus (sobre todo tos)

- Se está cuidando a alguien que pueda haber contraído la enfermedad.



CONSEJOS A LAS ORGANIZACIONES QUE HACEN PARTE DE LA OPIAC

- Los sabedores deben hacer la protección del territorio mediante los rituales de armonización territorial y familiar.

- Las autoridades indígenas deben prohibir el ingreso de turistas nacionales y extranjeros a los territorios indígenas, resguardos y comunidades.

- Los líderes de cada territorio deben dar a conocer que es el coronavirus sin causar temor a la población.

- Aplazar las actividades masivas dentro de sus territorios, deportes, mingas y reuniones.

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón.

- Los mayores deben estar pendiente del lavado de la mano de los niños, niñas y adultos mayores.

- Lavar los utensilios de cocina, loza, totumos, ollas de barro con jabón y limpiar las canecas donde almacena el agua.

- No consumir bebidas con un solo recipiente de un recipiente, utilizar utensilios individuales.

- Abrir las ventanas y puertas para ventilar los espacios cerrados.

- Mantener los diferentes espacios de la casa y malocas limpias (sala, cuartos, baños, cocina, patios).

- Toda la población y especialmente los niños, niñas y adultos mayores deben tomar jugos de naranja, lima limón, camu-camu, limonada y consumir todas las frutas ácidas o cítricas chontaduro, banana, aguaje, piña, caimo, zapotado que es una fuente rica en vitamina c, y ayuda a fortalecer el sistema inmune y por ende a prevenir la gripe.

- Consumir ajo crudo. Ya que el ajo es un antibiótico natural, que no solo ayuda a prevenir, sino a curar los síntomas de la gripe.

- Los mayores deben alimentarse con caldos, yuca, plátano, fariña, frutas, que según la temporada estén en cosecha, verduras regionales a los niños, niñas y adultos mayores.

- Consumir Ante cualquier caso de sospecha de coronavirus acudir al centro de salud y avisar a los líderes y autoridades del territorio.

REMEDIOS NATURALES

Los médicos tradicionales deben utilizar y valerse de todos los conocimientos para tratar esta enfermedad desconocida y para ello tienen todas las plantas de montes, bejuco, hojas, raíces, corteza todo lo que pueda curar los síntomas de gripe.



#YoCuidoALaAmazoniaDelCovid19

CORONAVIRUS

COVID-19

AMAZONÍA COLOMBIANA

¿QUÉ ES?

Los coronavirus son una familia de virus que han afectado la salud de las personas. Sus diferentes tipos provocan distintas enfermedades, desde un resfriado hasta un síndrome respiratorio grave; una forma grave de neumonía (OMS, 2020)



MODO DE TRANSMISIÓN



OBJETOS
CONTAMINADOS



CONTACTO
HUMANO



CONTACTO
ANIMAL

PREVENCIÓN



USAR
TAPABOCAS



LAVADO DE
MANOS



CUBRIRSE CON
CON PAÑUELO O
ANTEBRAZO



IR AL CENTRO DE
SALUD

SÍNTOMAS



*En tiempos de coronavirus practico
los consejos para prevenir esta
enfermedad.*



Opiac



Opiac_Amazonia



Opiaccomunica



OpiacOficial



www.opiac.org.co