

***Informe del
Taller de
Capacitación
COVID-19***

Cochabamba, Bolivia

23 de agosto de 2020

Contenido

ANTECEDENTES	3
OBJETIVO.....	4
METODOLOGIA.....	4
Resultados logrados.....	5
Estructura	5
RESULTADOS DEL TALLER	6
RECOMENDACIONES	6
ANEXO A: PRESENTACIONES.....	9
ANEXO B: OTROS RECURSOS	10

Informe del Taller de Capacitación sobre COVID – 19

El COVID-19 se viene propagando a nivel mundial y mientras esto pasa las personas deben enfrentar los problemas cotidianos con diferentes niveles de información que en algunos casos puede limitarse debido al aislamiento, la exclusión y el miedo. Es por esto que es importante proporcionar información a la población y en particular a las personas con discapacidad auditiva, debido a que las mismas pueden estar enfrentando fuertes barreras de comunicación para conocer los peligros del actual contexto; siendo su derecho conocer sobre las medidas de prevención y bioseguridad, saber que tratamientos son adecuados y están recomendados por las autoridades de salud, además de desarrollar habilidades para cuidar no solamente su salud física, sino también mental, todo esto con el fin de preservar su vida y ejercer plenamente sus derechos. Es necesario que las personas comprendan en toda su magnitud el fenómeno que golpea a toda la humanidad y asuman acciones sencillas para continuar con sus actividades de la vida diaria en la medida posible.

Page | 3

En este sentido, se propuso un taller compacto sobre «COVID-19» dirigido a miembros de 3 asociaciones de personas con hipoacusia de las ciudades de Cochabamba, La Paz y Santa Cruz. El taller VIRTUAL brindará acceso a información sobre el desarrollo de la enfermedad (COVID 19), cómo prevenirla y tratarla a nivel físico y emocional. El objetivo es otorgar a los y las participantes herramientas, consejos y recomendaciones no sólo para evitar el contagio o atenderse, en caso de que ocurriera; sino también enfrentar el aislamiento físico y sus consecuencias en la salud integral, de tal manera que el impacto de la pandemia en personas con discapacidad sea menor.

ANTECEDENTES

Según las bases del documento para la realización de la consultoría sobre este taller, la Asociación de Hipoacúsicos Cochabamba (ASHICO), es una entidad sin fines de lucro y es de carácter reivindicativo, es pluralista, inclusiva sin distinción de raza, origen étnico, cultural, discapacidad, identidad de género, religión, ideología política y/o situación socioeconómica, con patrimonio propio y administración autónoma.

Se crea y funda con el fin de proteger y defender los intereses, derechos, deberes y proponer políticas en beneficio de las personas con discapacidad auditiva – hipoacúsicos, cuyas actividades se desarrollan dentro del marco de la solidaridad y ayuda mutua y que no permite discriminación alguna, ni injerencia exógena.

En este sentido, ASHICO, lucha por una mejor calidad de vida a través del cumplimiento y ejercicio de sus derechos promoviendo los valores de respeto, justicia, equidad, igualdad de oportunidades, la no discriminación y participación

activa en educación, salud, trabajo, comunicación, rehabilitación adecuada y accesibilidad, dentro del marco legal del Estado Plurinacional de Bolivia.

La asociación de Hipoacúsicos Cochabamba con su proyecto 17 81 02 busca beneficiar a las personas con discapacidad auditiva - hipoacusia de 3 asociaciones conformadas en el territorio boliviano. Asociación de hipoacúsicos de Cochabamba, Asociación de Hipoacúsicos de La Paz y Asociación de Hipoacúsicos de Santa Cruz, en las cuales se cuenta con alrededor de 140 miembros en grupos etarios comprendido entre los 14 a 45 años de edad en una relación equitativa de género. Con el fin de mejorar, promover y difundir sobre la hipoacusia, el empoderamiento de la identidad de la persona con discapacidad auditiva mejorando la calidad de vida de las mismas, con justicia, equidad e igualdad de oportunidades bajo los estamentos legales del Estado Plurinacional de Bolivia, incidiendo a una sociedad transformadora e inclusiva, social, educativa y laboral.

Es en el marco de este proyecto, que se realizó el taller con la facilitación de tres expertas en el tema de COVID 19 y en el trabajo con el sector discapacidad, bajo un enfoque médico sobre la pandemia, educativo de la salud física y psicológica sobre la salud mental.

OBJETIVO

El objetivo del taller es proporcionar a los miembros de la asociación de Hipoacúsicos, información sobre el virus COVID 19, enfermedad de Coronavirus, como prevenir, como tratar física y emocionalmente a través de herramientas para enfrentar la situación de pandemia en busca de una mejor calidad de vida.

METODOLOGIA

Dadas las características de los participantes, personas con discapacidad auditiva e hipoacusia, se empleó una metodología activa que incluyó explicaciones con el uso de videos, entrevistas, pictogramas, diagramas, imágenes, etc.; que permitieron una mejor comprensión.

Asimismo, al finalizar el taller, los participantes llenaron un cuestionario (quizz de preguntas en línea), posibilitando conocer a detalle el impacto del mismo en su saber, hacer y ser.

Se compartió con participantes materiales visuales de calidad publicados por la OMS/OPS y Ministerio de Salud del Estado Plurinacional de Bolivia para profundizar los temas abordados.

Resultados logrados

1. Participantes consolidan sus conocimientos sobre el coronavirus, sus síntomas, prevención, tratamientos existentes.
2. Participantes pueden asumir medidas de protección y bioseguridad elaborando un plan para acudir a servicios de salud y seguir un tratamiento médico recomendado en caso de contraer Coronavirus, practicando a la vez, medidas de autocuidado con ocupaciones diarias y rutinas sencillas.
3. Participantes ejercen sus derechos como personas con discapacidad comenzando por asumir conductas de autocuidado tanto físico como de salud mental.
4. Participantes son capaces de realizar diferentes actividades que apoyan la conservación y mejora de su calidad de vida durante la pandemia

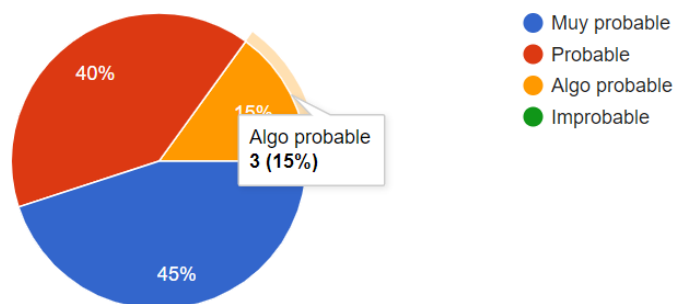
Estructura

El Taller de cuatro horas y 10 minutos de duración, se estructuró en tres módulos de capacitación, el primero sobre aspectos médicos del COVID 19, el segundo sobre Salud Física y el tercero sobre Salud Mental, de acuerdo a los siguientes contenidos:

ASPECTOS MEDICOS
Qué es el COVID 19
Cómo se contagia
Cómo se puede prevenir el contagio del COVID 19
Medidas de bioseguridad
Qué hacer si se presentan síntomas de COVID 19 y cuándo acudir a los servicios de salud
Medidas de aislamiento
Enfermedades crónicas y COVID 19
Tratamiento, mitos y verdades
SALUD FISICA
Nutrición adecuada
Fortalecimiento del sistema inmunológico
Rutinas de ejercicios
Medidas de higiene
Manejo del medio ambiente: desinfección y limpieza
SALUD MENTAL
Salud mental
Estrategias del manejo del estrés
Gestión del tiempo (sueño, ejercicio, actividades, dieta) y de la comunicación
Cuidado de las relaciones familiares
Conviviendo con el COVID 19

RESULTADOS DEL TALLER

Grafico 1: PROBABILIDAD DE PRACTICAR LO APRENDIDO



Fuente: Cuestionarios aplicados a participantes

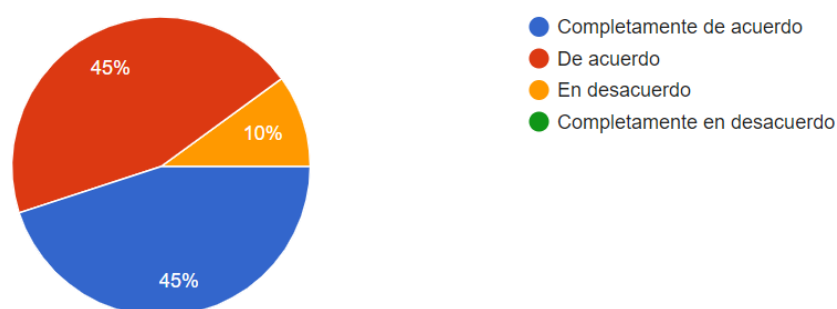
La mayoría de los participantes muestran predisposición para practicar lo aprendido en situaciones de su vida cotidiana.

Sobre conocimientos/competencias/actitudes aprendidos para poner en práctica, participantes mencionaron lo siguiente:

- Formas de transmisión y cuidados para evitar contagiarse con el covid-19, proporciones de los alimentos adecuados en el plato de comida, maneras de distraer la mente para evitar momentos de ansiedad
- leer libros, hacer ejercicios, mantener una lista de planificación, contagiar energía
- 1.: Cambio de actitud frente a la emergencia sanitaria 2: Información verídica 3. Planificación para la transformación de la vida diaria frente a la situación que se presenta
- El uso correcto de los trajes de bioseguridad (barbijos etc), la buena alimentación y la autoayuda como también el Apoyo que debemos ofrecer a otros
- Responsabilidad, tolerancia, comunicación y compañerismo
- Buena alimentación, 2) Ejercicio, 3) Bioseguridad
- Muy buena
- Protegerme con barvijo Lavarme constantemente las mano Utilizar alcohol en gel
- Si yo aprendí diferentes talleres de covid de la normal, otros
- Hacer cosas de la casa, enseñar de mi hija y practicar de mi negocio
- Prevención atención y alimentación
- Mente positiva, hacer uso correcto del implemento de bioseguridad, distanciamiento social
- El uso correcto de barbijos, lavado de alimentos, y el tiempo por mi salud mental

- El cloro no se mezcla con otros detergentes y ahora mas o menos se cómo leer una prueba de covid.
- Distanciamiento, higiene, colaboración
- Conocimiento de medidas de bioseguridad (dar ejemplo cuales son los protocolos) o cuidados, consumir alimentos con buenos vitaminas y alguna dinamica para evitar el estres
- Plan de actividades, plan alimenticio y horarios de sueño, plan de ejercicios para mis hijos

GRAFICO 2: PORCENTAJE DE PERTINENCIA DE LOS TEMAS E INFORMACION

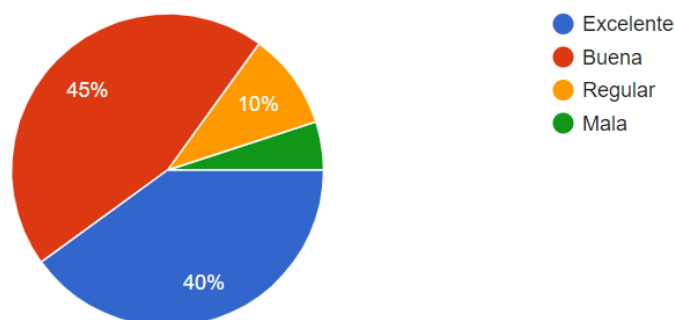


Fuente: Cuestionarios aplicados a participantes

La mayoría de los participantes consideró que los temas e información brindados en el taller son pertinentes, considerando la actual situación.

Sin embargo, dos personas (10% del total de participantes) señalaron que la información brindada en el taller no fue lo suficientemente pertinente, probablemente esta situación se deba a que estos participantes ya recibieron información y tienen conocimientos sobre el COVID-19

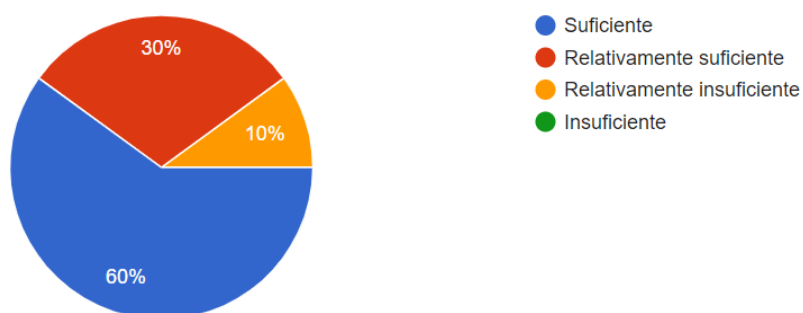
GRAFICO 3: PORCENTAJE DE OPINIONES SOBRE LA DISTRIBUCION ENTRE PRESENTACIONES, EJERCICIOS, HISTORIAS DE CASO VIDEOS E IMÁGENES USADAS:



Fuente: Cuestionarios aplicados a participantes

La mayoría de los participantes consideró que la metodología empleada en el taller fue desarrollada de excelente y buena manera. Sin embargo se aprecia la opinión de una persona que consideró que la metodología utilizada fue mala, probablemente esto responda a que se tiene la expectativa de recibir formación orientada con exclusividad a las personas con hipoacusia y sordera (por ejemplo hacer videos de personas sordas enfermas de COVID-19), lo cual no fue considerado en el alcance del taller.

GRAFICO 4: PORCENTAJE DE PERCEPCION DE PARTICIPANTES SOBRE EL TIEMPO ASIGNADO A LAS PRESENTACIONES DE LOS TEMAS DE TALLER



Fuente: Cuestionarios aplicados a participantes

La mayoría de los participantes consideraron que el tiempo empleado para el taller fue suficiente, sin embargo dos personas señalaron que fue relativamente insuficiente. Esto responde a la necesidad de los participantes por exponer sus experiencias, comentarios y puntos de vista sobre el tema, lo cual no fue posible al tratarse de un taller compacto.

Recomendaciones de los participantes para mejorar el taller son las siguientes:

- Falto subtítulos en los videos y habia mala señal no se logro escuchar una parte del video youtube
- Covid desde el ámbito de la Discapacidad
- No hubo nada omitido, fue un taller interesante que se aplica ya sea para personas con discapacidad o sin discapacidad
- Falta donde recurrir en caso Covid + y tratamiento.
- No, estuvo muy bien
- Era suficiente.
- Ningun
- Un taller demasiado extendido
- Sin comentario
- Se ha enfatizado mucho en información que ya tenemos y que es muy obvia. No hubo un espacio para hablar de las dificultades que tienen las personas con hipoacusia.
- Más enfoque a discapacidad auditiva, por ejemplo cuidados e higiene del aparato que nos ayuda a escuchar : audifonos, implante, etc
- Ninguno. Estuvo bien el taller con las temáticas.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1. La mayoría de los participantes muestran predisposición para practicar lo aprendido en situaciones de su vida cotidiana pues los temas e información brindados en el taller fueron pertinentes, considerando la actual situación. De igual manera, la mayoría de los participantes consideró que la metodología empleada en el taller fue desarrollada de excelente y buena manera. Finalmente la mayoría de los participantes consideraron que el tiempo empleado para el taller fue suficiente para abordar los temas planificados en el taller.
2. Un diagnóstico sobre el nivel de conocimientos que poseen los participantes sobre el tema que tratará el taller, debe ser realizado por facilitadoras, para evitar la duplicidad de información en caso de que algunos participantes ya posean conocimientos al respecto.
3. Dada la situación actual de la pandemia y el contexto nacional, líderes de organizaciones de personas con discapacidad deben buscar que los sistemas de salud, educación, trabajo y otras organizaciones e instituciones, incluyan a los miembros con discapacidad de su comunidad en las medidas que se están asumiendo, para atender sus necesidades específicas y comunes al resto de la población.
4. Preveer en la organización del taller, una etapa de concertación de objetivos, contenidos, metodología y alcance del taller entre involucrados clave. Si bien los organizadores pueden ser ambiciosos para aprovechar al máximo la duración de la capacitación, se debe conocer detalles de los participantes (oyentes, familiares, personas con hipoacusia, personas con sordera) e informar anticipadamente a participantes para establecer mejor los roles cuando hay diversidad entre participantes.
5. Identificar entre la organización quienes poseen mas información sobre el tema y pueden asumir un rol mas proactivo para apoyar el logro de los objetivos del taller. Asi la asociación puede empezar a tener un rol mas activo en tanto sus miembros asumen mas responsabilidades.
6. Socializar con los miembros de ASHICO Cochabamba, los siguientes links de apoyo psicosocial disponibles en el departamento:
<http://www.bot.com.bo>
Las facilitadoras del taller quedan disponibles para preguntas adicionales al taller en el correo: narelgomez@hotmail.com

ANEXO A: PRESENTACIONES





Presentation Modulo
2 ENFOQUE SALUD F



Presentation Modulo
3 ENFOQUE DE SALL

ANEXO B: OTROS RECURSOS

- COVID 19 y enfermedades no transmisibles o crónicas OMS/OPS en :
<https://www.youtube.com/watch?v=mpT3Q5K80GQ>
- Guía de limpieza ambiental en relación con el COVID-19 elaborada por el Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado Instalaciones reguladas y hogares véase en https://www.elpasocountyhealth.org/sites/default/files/COVID-19%20Cleaning%20Guidance%20_Spanish.pdf
- Página web Organización Panamericana de la Salud (OPS) acerca COVID 19:
https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15696:coronavirus&Itemid=4206&lang=es
- Mapa interactivo COVID-19:
<https://who.maps.arcgis.com/apps/webappviewer/index.html?id=2203b04c3a5f486685a15482a0d97a87&extent=-20656313.6818%2C3596894.4332%2C1611932.8945%2C7390469.7606%2C102100&site=paho>
- Infografías Organización Panamericana de la Salud <https://www.paho.org/es/temas/coronavirus/enfermedad-por-coronavirus-covid19/covid-19-materiales-comunicacion?page=1>
- En esta web podrás encontrar casi 20.000 libros en castellano para leer desde la computadora: Biblioteca libre de Archive.org
- Aplicación Coronavirus Bolivia con información básica y preguntas frecuentes, se puede descargar de:

iOS: bit.ly/covidbolios

Android: bit.ly/covidboard