



VALORAMOS TU OPINIÓN: CUÉNTANOS QUÉ TE PARECIÓ ESTA EDICIÓN, QUÉ FUE LO QUE MÁS Y MENOS TE GUSTÓ Y QUÉ PODEMOS MEJORAR O INCLUIR. PUEDES ESCRIBIRNOS AL: 0412-7638017 ¡TE ESPERAMOS!

ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

Hasta el 18 de abril se confirmaron 183.190 casos de coronavirus y fallecieron 1.905 personas en Venezuela desde que se anunció el inicio de la pandemia hace más de un año, según el gobierno de Nicolás Maduro. Pero organizaciones de la sociedad civil, gremios y especialistas aseguran que son muchos más.

Hasta ahora se desconocen los detalles del plan de vacunación y sobre la administración de las pocas vacunas que han llegado al país poco se sabe. Tampoco se ha cumplido la promesa de Maduro, quien aseguró que en 90 días (el plazo se cumplió el 29 de marzo de 2021), se vacunaría a 10 millones de venezolanos.

Mientras la situación empeora, el manejo de la pandemia sigue envuelto en la opacidad, falta de criterios técnicos y epidemiológicos, desinformaciones y noticias falsas.

En esta edición especial sobre el coronavirus, recopilamos parte de la información sobre el tema publicada en ediciones anteriores.



#VacunasYaParaTodos
#VacunasSinDiscriminación
#VacunasParaLosVenezolanos

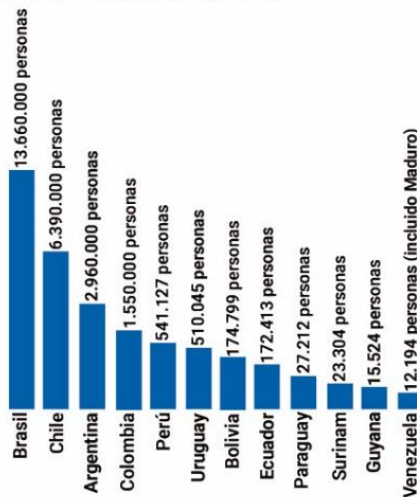


ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

¿DIEZ MILLONES DE VENEZOLANOS ESTÁN VACUNADOS CONTRA LA COVID-19 COMO PROMETIÓ MADURO EN DICIEMBRE DE 2020?

Es paja. El 29 de marzo de 2021 se cumplió el plazo de 90 días prometidos por Nicolás Maduro en los que se vacunaría a 10 millones de venezolanos. Sin embargo, hasta ese día, solo se confirmó la llegada al país de 200.000 dosis de la vacuna rusa Sputnik V y otras 500.000 del fármaco chino de la firma estatal Sinopharm.

La web Ourworldindata.org, que lleva un conteo de las vacunas administradas en todo el mundo contra la pandemia, sitúa a Venezuela como la última nación de Suramérica en la lista de habitantes por país que han recibido al menos una dosis de una vacuna contra COVID-19 (29 de marzo de 2021).



El sitio web venezolano de verificación noticiosa EsPaja.com menciona que existe la posibilidad de que los datos venezolanos no hayan sido actualizados y no se reflejen el verdadero avance del proceso nacional de inmunización, ya que el gobierno ha sido opaco en cuanto a boletines epidemiológicos o de vacunación contra COVID-19.

También, el mapa de la Organización Mundial de la Salud (OMS) muestra a Venezuela como el único país de Suramérica sin datos de vacunación para el 29 de marzo de este año.

Lo que se sabe de la vacunación contra COVID en Venezuela

El 17 de febrero de 2021 Maduro admitió que Venezuela había desembolsado 200 millones de dólares por las vacunas rusas. EsPaja explica que, hasta donde se sabe, el gobernante no ha justificado o explicado este gasto ante la Asamblea Legislativa apoyada por su gobierno.

Antes, el 13 de febrero, llegaron las primeras 100.000 dosis de Sputnik V al país. Entre los priorizados para recibir la vacuna se mencionaron al personal médico, cuerpos de seguridad, militantes de Somos Venezuela y políticos.

El 6 de marzo aterrizó un segundo cargamento de 100.000 dosis, aunque Sputnik V requiere dos pinchazos. En teoría, este segundo cargamento no implicaba un aumento en el número de personas inmunizadas.

En febrero de 2021 se realizó una nueva promesa: Abril sería el mes para la vacunación masiva en Venezuela con el fármaco ruso. Pero el 29 de marzo, Maduro no había anunciado su cumplimiento.

Las 500.000 dosis de las vacunas chinas entraron en juego el 1° de marzo de 2021. Algunos maestros fueron incluidos en las campañas de inmunización con este nuevo fármaco; sin embargo, se desconoce cuánto pagó Venezuela por este lote.

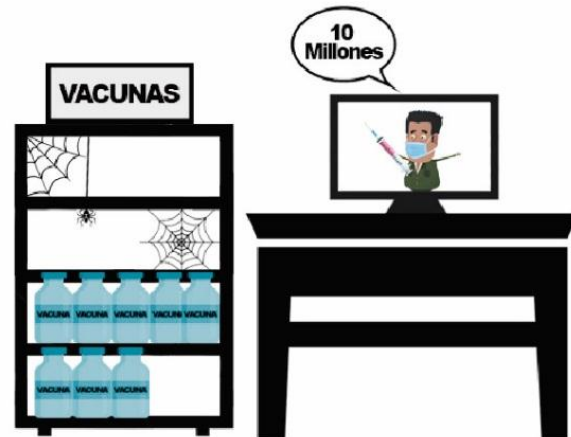
A finales de marzo se anunciaron pruebas en venezolanos con dos vacunas candidatas cubanas, Soberana 2 y Abdala (60.000 dosis en total) y en julio, una campaña "masiva" con Abdala. No se sabe si esto último sustituye al frustrado esquema masivo ruso o lo complementa.

Otra alternativa es el fondo Covax (iniciativa global para garantizar el acceso a vacunas de manera equitativa para países en desarrollo). El 20 de marzo la prensa difundió un presunto acuerdo político por el que el "gobierno interino" de Juan Guaidó pondría los recursos para 12 millones de dosis de AstraZeneca, el fármaco sueco-británico.

Pero el 25 de marzo Maduro reiteró que no permitirá la aplicación de AstraZeneca en el país. Aunque el director de la OMS, Tedros Adhanom, se comprometió a "garantizar" a Venezuela el acceso al plan Covax, tras una reunión a distancia con Delcy Rodríguez el 27 de marzo de la que se desconocieron los detalles.

Fedecámaras también presentó un plan de vacunación para importar otras 6 millones de dosis destinadas a trabajadores del sector privado y sus familias. Hasta el 29 de marzo de 2021 el gobierno de Maduro no se había referido a esta iniciativa.

Sputnik V y la vacuna de AstraZeneca son dos de los fármacos cuyos fabricantes han reconocido (o enfrentado) dificultades para atender la demanda global de dosis durante la pandemia. Algunas naciones han propuesto la liberación de patentes como una posible solución al problema.



Fuente: EsPaja.com.

El Pregonerit

¡Información a tu servicio y alcance!



ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

¿MADURO SE VACUNÓ DESPUÉS DE TODO EL PERSONAL MÉDICO VENEZOLANO, COMO DIJO TELESUR?

Nicolás Maduro y Cilia Flores recibieron el sábado 6 de marzo la primera dosis de la vacuna rusa Sputnik V. Según teleSUR, el mandatario venezolano dijo que esperó a que inmunizaran al personal médico para ser vacunado. También mencionó que ya el 60% de las vacunas rusas han sido aplicadas, mientras que el lunes 8 de marzo empezaría la jornada con la vacuna china SinoPharm, principalmente dirigida a los docentes.

Alejandro Crespo Freytes, presidente de la Sociedad Venezolana de Pediatría, filial de Aragua, denunció en su cuenta de Twitter (@AleCrespoF) que las 100.000 dosis de Sputnik V que llegaron a Venezuela el 13 de febrero, no alcanzan para los 1,5 millones de trabajadores de la salud que hay en el país, menos si los políticos se vacunan primero.

En Argentina, Chile, Ecuador o Perú, la vacunación contra COVID-19 de funcionarios políticos y otros ciudadanos que no pertenecen a los sectores considerados prioritarios ha desembocado en escándalos e investigaciones. En Venezuela no fue el caso.

Maduro anunció abiertamente en alocuciones televisivas transmitidas el 9 y el 17 de febrero de 2021 que los diputados de la Asamblea Nacional (AN) recibirían la vacuna en esta primera fase, al igual que el personal de salud; mientras que los maestros y personas de tercera edad fueron excluidas. A su juicio, los legisladores son prioridad, a pesar de las indicaciones de la Organización Panamericana de la Salud (OMS).

“Deben ser inmunizados quienes tienen más vulnerabilidad de morir por la COVID-19, adultos mayores y adultos con enfermedades crónicas. Los grupos prioritarios deben ser primero el personal de salud porque están más expuestos (...), incluidos profesionales que

estén en contacto con adultos mayores, en áreas sociales claves y que no pueden dejar de trabajar”, declaró Jarbas Barbosa, subdirector de la OPS.

Aunque sean servidores públicos y conduzcan los destinos de un país, durante una pandemia pueden cumplir mucho de su trabajo a distancia, sin contacto con pacientes, a diferencia de un médico o enfermero en primera línea contra la pandemia.

Para vacunar a 1,5 millones de trabajadores de la salud hacen falta tres millones de dosis. Si en tres semanas solo han puesto 60.000 vacunas, lo cual se traduce en un ritmo de 20.000 por semana, entonces inmunizarlos a todos tomaría aproximadamente tres años, tal como indicó el doctor Crespo en sus redes sociales. Incluso si se contara con la cantidad exacta para cubrir solo la primera dosis, al ritmo que llevan, se necesitarían 75 semanas para vacunar a todo el personal.

De acuerdo con Deutsche Welle, al menos 10% del personal médico venezolano ha sido inoculado para protegerse del coronavirus en esta primera fase. De las 100.000 vacunas del lote inicial, solo se distribuyeron a los hospitales 70.989 y, según el portal Crónica.Uno, el Gobierno no precisó a dónde fue destinado el resto.



Fuente: verificación del sitio web de fact checking EsPaja.

7 CONSEJOS PARA NO BAJAR LA GUARDIA CONTRA EL CORONAVIRUS

¡RECUERDA! No es posible hacer una desinfección total, el objetivo es disminuir el riesgo.

¿CÓMO COMBATIR LA FATIGA DE LA PANDEMIA?

Haz ejercicios de respiración



@ElBetulio



PONTE EL TAPABOCAS

- 1  Lávate las manos después de tocar cualquier objeto y superficie.
- 2  Mantente a distancia de la gente.
- 3  Intenta no tocar nada antes de lavarte las manos.
- 4  No saludes de mano o con beso.
- 5  Si toses o estornudas hazlo con el codo.
- 6  No compartas tus bebidas.
- 7  Limpia los objetos que hayas llevado a casa antes de guardarlos.

Fuente: El Impulso.



ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

DE COMERCIANTES A CIENTÍFICOS: EL VERDADERO MILAGRO DEL CARVATIVIR

El portal venezolano Armando.Info presentó una nueva investigación periodística sobre el Carvativir o las "gotas milagrosas" anunciadas en enero por Nicolás Maduro como "la cura" para la Covid-19 en Venezuela.

La investigación titulada: "De mercaderes a científicos: el verdadero milagro del Carvativir", muestra que el medicamento auspiciado por el Ejecutivo nacional es producido por un laboratorio de origen desconocido que tuvo antes la persona jurídica de un importador de repuestos para carros.

Quienes se presentan como autores de los supuestos estudios clínicos que respaldan al medicamento son socios comerciales y operadores políticos del oficialismo: uno, que se proclama escritor de 'bestsellers' (libros mejor vendidos) en Amazon, llegó a estar preso bajo acusaciones de presuntos ilícitos en una subsidiaria de Pdvs; el otro, propietario de empresas que contrataron con el Estado, tuvo una discoteca en Margarita.

"Las gotas milagrosas"

Sobre el escritorio, en la transmisión televisiva, Maduro tenía dos frascos y un delgado libro amarillo. "Ya hoy, habiéndose establecido la patente nacional e internacional, habiendo recibido el permiso sanitario oficial del país, puedo presentar la medicina que neutraliza el 100% del coronavirus: el Carvativir, mejor conocido como las goticas milagrosas de José Gregorio Hernández", proclamó para Venezuela y el mundo.

"Diez goticas debajo de la lengua, cada cuatro horas, y el milagro se hace. Es un poderoso antiviral, muy poderoso, que neutraliza el coronavirus", aseguró.

Maduro detalló también en esa alocución que el remedio del coronavirus fue creado por un grupo de venezolanos que aplicó estudios experimentales durante nueve meses en enfermos graves, incluso intubados, y que fue un experimento masivo que incluyó a "los pacientes que estaban en El Poliedro de Caracas, en el hospital de Coche".

Luego de ese anuncio, Maduro deslizó más misterio: "Creación de una mente brillante de Venezuela. Ya la conocerán en el futuro. Por ahora, los estamos protegiendo, a los científicos y al científico principal, protegiéndolo en su creatividad".

Una venta de repuestos se convirtió en laboratorio

Las "gotas milagrosas" fueron creadas por el Laboratorio Farmacológico de Venezuela (Labfarven). A pesar de su nombre, no se trata de un emprendimiento que haya evolucionado desde una botica local, una maquila de fórmulas farmacéuticas o un importador de medicamentos. Según se desprende de lo asentado en el Servicio Nacional Integrado de Administración Aduanera y Tributaria (Seniat), Labfarven fue antes una venta de repuestos, partes y accesorios de vehículos llamada Miami Customs & Accessories.

Las dudas científicas

Desde la pomposa presentación presidencial del Carvativir, la versión oficial persiste en otorgarle un rigor científico a unos informes que carecen de ello, tanto en la forma como en el fondo. Apenas son una colcha de retazos, provenientes de fuentes diversas.

Uno de los dos documentos publicados en Internet se refiere a la "eficacia antiviral y mecanismo de acción del compuesto Isotimol recombinado bajo la marca

comercial denominada Carvativir, contra el agente SARS-CoV-2 causante de la enfermedad Covid 19", redactado bajo la autoría de Labfarven.

Los documentos, que no son artículos científicos, se consiguen en la plataforma Scribd y en Amazon. Son 69 páginas que se pasean, primero, por los permisos que han otorgado tanto la agencia de Administración de Drogas y Alimentos de Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) como la Agencia Europea de Medicamentos (EMA, también por sus siglas en inglés) al Isotimol o Timol, permisos que no tenían vinculación con la Covid-19.

Siguen luego con un repaso a las estructuras moleculares del virus, mecanismos de acción, efectos, gráficos y tablas de datos, y terminan con las propiedades antivirales, antibacterianas y antiinflamatorias, por citar algunas, de esta molécula. Nada de eso evita que el documento siembre dudas en la comunidad científica venezolana, que elude darle la categoría de un artículo científico, pues no aparece publicado en alguna revista reconocida ni arbitrada por pares.

El efecto "neutralizador" del Isotimol sobre el Covid-19 está por verse. Días después del anuncio esperanzador, Maduro bajó un poco el tono y aseguró que el Carvativir sería un tratamiento complementario, probablemente como también han resultado otros productos naturales promocionados por el mandatario en sus alocuciones: por ejemplo, el Prevengho Vir, unas gotas homeopáticas provenientes de Cuba, el té de malojillo y el ozono.

El registro sanitario otorgado a estas "gotas milagrosas" de acuerdo con la agencia de noticias del Estado, es el P.N. (producto natural) 21-0068.

Representantes de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), como en otras oportunidades, pero esta vez con énfasis en el anuncio reciente de las autoridades venezolanas, recomendaron días después, en una rueda de prensa del 27 de enero, apegarse a metodologías estrictas, evitar sesgos y publicar los hallazgos de los estudios clínicos.

Aclararon que no validan nuevos tratamientos ni medicamentos para el Covid-19, sino que evalúan las evidencias que son publicadas en revistas científicas.

A la luz de lo conocido hasta ahora, el verdadero milagro de las gotas de Carvativir sería que el equipo que se atribuye la autoría de los estudios clínicos, y los informes sobre estos, pasen el filtro del método científico.



Fuente: Resumen de la investigación de Armando.Info



ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

¿EL CARVATIVIR CUMPLIÓ TODOS LOS PROCEDIMIENTOS FARMACOLÓGICOS, SANITARIOS, BIOLÓGICOS Y MOLECULARES COMO DIJO MADURO?

Es paja. Un comunicado de la Academia Nacional de Medicina, publicado el 23 de marzo de 2021 reveló que el Carvativir "no tiene conocimiento de estudio alguno, publicado en revistas científicas de prestigio, que demuestre científicamente la efectividad de este u otro tratamiento 'natural' para la enfermedad COVID-19", luego de un nuevo anuncio de Nicolás Maduro sobre la distribución del presunto fármaco.

¿Qué es el Carvativir?

Según un "papel de trabajo" publicado en Amazon por la empresa Labfarven, el presunto fármaco se basa en el Isothymol, también conocido como carvacrol o cymophenol. Mientras, el portal de investigación Armando. Info revela que Labfarven tuvo antes la persona jurídica de un vendedor de repuestos para carros.



En este chequeo de Es Paja, un sitio web de verificación de hechos o fact checking, se lee que de acuerdo a Wikipedia, "el carvacrol está presente en el aceite esencial de Origanum vulgare (orégano), aceite de tomillo y bergamota silvestre (...). También se encuentra en el tequila". No obstante, la Organización Mundial de la Salud (OMS) sólo lo identifica como "agente sazorizador".

Por su parte, la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos declaró que "aún faltan ensayos en humanos sobre carvacrol y esto impide en gran medida cualquier conclusión de relevancia clínica".

Venezuela no es el único país que ha hecho presuntos "ensayos clínicos" de aplicación de carvacrol en pacientes de COVID-19. El ejército de Egipto publicó un ensayo científico en diciembre de 2020 al respecto, pero los estudios no se hicieron en pacientes humanos, en los que los resultados de un posible fármaco pueden ser totalmente diferentes.

¿Tiene algún sustento en la medicina científica?

A través de su portal web, Es Paja aclara que ha comenzado un nuevo round entre ciencia y desinformación en el país.

La Academia Nacional de Medicina, una institución que por ley propone al Ejecutivo Nacional "las medidas que juzgue necesarias para el adelanto de las ciencias médicas en Venezuela y las relacionadas con la salud en general", desmintió por segunda vez a Maduro sobre este tema el pasado 23 de marzo de 2021.

"(...) Hacemos un llamado al gobierno nacional y a la población en general a no difundir información carente de sustento científico y a acatar las directrices emanadas de la OMS, ya que puede ser contraproducente, en una situación de pandemia, el generar falsa sensación de seguridad en una población vulnerable, dado lo depauperado de la salud de los venezolanos", reiteró la Academia.

Contradicciones dentro del gobierno

Las declaraciones de Maduro se contradicen con las de funcionarios de su propio gabinete. La vicepresidenta Delcy Rodríguez se ha referido al Carvativir —que para marzo de 2021 no aparece registrado en el Vademecum (data) de medicinas venezolanas— como "tratamiento complementario para ayudar en este combate contra el virus".



Si existe alguna prueba científica firme y concluyente de que el producto natural carvacrol (el Carvativir) tiene uso médico para tratamiento contra COVID-19, hasta marzo de 2021 no ha sido presentada ni en Venezuela ni en el mundo. Por lo cual, ambas declaraciones de Maduro, en enero y en marzo de ese año, han sido falsas.

Fuente: Verificación de EsPaja.

ESPECIALISTA ADVIERTE QUE LAS REUNIONES SOCIALES SON SEMILLEROS DE COVID-19

En 45 semanas de emergencia nacional por la llegada del COVID-19 a Venezuela, a la fecha (8 de febrero) los contagios suman más de 130.000, según las autoridades venezolanas. Asimismo, han fallecido 1.240 personas en Venezuela a causa del coronavirus.

El médico cirujano, especialista en contingencias en el área de la salud, Enrique Montbrun, ofreció a los participantes de la iniciativa "Un Café con El Pitazo" del medio venezolano El Pitazo, un balance sobre el pasado, presente y futuro de esta pandemia.

Montbrun indicó que las últimas semanas han sido el reflejo del tercer brote del COVID-19, el cual se encuentra en pleno movimiento y está situado en Estados Unidos, Reino Unido, Brasil, Irlanda, Francia y Rusia.



Para referirse al caso venezolano, el especialista detalló que la letalidad es de 1%. Ha sido una línea en ascenso, sin embargo, se ha disminuido la ola de fallecidos, indicó.

El especialista afirmó que luego de un mes completo de flexibilización en el país, se comenzó a observar un incremento de las cifras de contagios, además de la mezcla de los factores que han hecho que los casos se reproduzcan, tales como: la actitud relajada de la comunidad al momento de su cuidado y protección, aunado a la tranquilidad de las medidas gubernamentales con relación a la prevención del virus.

Las reuniones sociales son semilleros de transmisión del COVID-19

Montbrun aseguró que las reuniones con gran cantidad de personas son el espacio perfecto para la transmisión del virus, por lo que recomendó, como la mayoría de los especialistas, seguir las medidas preventivas para protegerse de un posible contagio: hacer uso correcto de la mascarilla, lavarse continuamente las manos con agua, jabón o gel antibacterial alcoholado, así como también mantener y respetar el distanciamiento físico.



Fuente: ElPitazo.



ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

UN AÑO DE PANDEMIA: VENEZUELA HA VIVIDO SU PROPIA VARIANTE EN DESINFORMACIÓN

En el 2020, las desinformaciones sobre la pandemia se propagaron casi tanto como la enfermedad. Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), el brote de COVID-19 y la respuesta correspondiente han estado acompañados de una infodemia masiva. Es decir, un aumento exponencial del volumen de información, en este caso, relacionada con la pandemia por coronavirus. Buena parte de la población accede a internet a través de los teléfonos inteligentes e intercambia información en redes sociales. Pero cualquiera puede publicar en estas plataformas, por lo que no hay control de calidad en los contenidos. Este fenómeno está presente especialmente en Venezuela, donde los ciudadanos acuden a las redes sociales para mantenerse informados debido a la represión y hostigamiento a medios de comunicación por parte del Gobierno.

Durante este año de pandemia, han circulado diversas desinformaciones sobre el origen del virus y sus características; además de tratamientos pseudocientíficos (no aprobados por la ciencia) y remedios caseros que no funcionan; que el uso prolongado de la mascarilla generaba hipoxia (falta de oxígeno en el cerebro) o que los termómetros infrarrojos eran peligrosos para el cuerpo humano.

Asimismo, una de las teorías conspirativas que hizo más ruido en América Latina fue sobre Bill Gates —empresario multimillonario estadounidense y fundador de la empresa Microsoft— y su presunto plan de insertar microchips a través de las vacunas contra el coronavirus.

Otra desinformación que fue tendencia durante los primeros meses de pandemia era la creencia de que el coronavirus no sobrevivía a una temperatura de 26 o 27 grados, teoría que fue desmentida.

Tratamientos pseudocientíficos

Uno de los supuestos tratamientos efectivos para el coronavirus que ganó fama cuando empezó la pandemia era el interferón cubano. En Venezuela, la admi-

nistración de Maduro le dio su sello aprobatorio y aseguró que el país contaba con el fármaco para atender los eventuales casos de COVID-19. Y no fue el único tratamiento sin respaldo científico que el gobierno apoyó. En la lista figura también el malojillo, "las gotitas milagrosas de José Gregorio Hernández", la terapia de ozono y la homeopatía.

La ivermectina fue otro de los medicamentos que generó dudas. Los artículos publicados al respecto en Venezuela y América Latina determinaron que el antiparasitario puede ser riesgoso si se toma sin supervisión médica, ya que es necesario realizar más estudios para afirmar si es efectivo contra el SARS-CoV-2.

Por otra parte, uno de los rumores falsos más comunes fueron las recomendaciones de hacer gárgaras con agua tibia o agua salada y tomar café.

La desinformación sobre la creencia de que el uso prolongado del tapabocas producía hipoxia (deficiencia de oxígeno en la sangre) también impactó sobre la población. Un rumor que ha sido desmentido e iniciativas como EsPaja han determinado que, si bien los tapabocas no deben usarse por demasiadas horas seguidas, es por motivos higiénicos y no para prevenir una intoxicación.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha desmentido y aclarado parte de la información. Por ejemplo, una comisión viajó a China y descartó que el virus fuera creado en un laboratorio.



Fuente: EsPaja.

SIETE PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE LA "VARIANTE BRASILEÑA" DEL CORONAVIRUS

1. ¿Qué es la "variante brasileña"?

El 3 de marzo de 2021, Nicolás Maduro anunció la detección de 10 casos de la "variante brasileña" (también llamada P.1) del coronavirus SARS-CoV-2 en Venezuela. Una variante es una pequeña modificación de la información genética de un virus, que cambia algunas de las características de su propagación en humanos.

2. ¿La "variante" brasileña es más contagiosa?

Probablemente sí. "Los científicos estimaron que P.1 era de 1,4 a 2,2 veces más transmisible que la forma inicial del virus", explica una investigación preliminar publicada en Reuters. Esta ha causado preocupación a nivel mundial por el presunto aumento de contagios y muertes por COVID-19 este año en Brasil. Será necesario esperar más hallazgos científicos.

3. ¿La "variante" brasileña causa modificaciones en el tamaño y color de la lengua de los contagiados?

La llamada "lengua COVID" no es una característica exclusiva de esta variante. Las modificaciones en la lengua de los pacientes —inflamación o desprendimiento de papilas gustativas— han sido estudiadas desde varios meses antes del desarrollo de la pandemia y afectan desde el 25% al 45% de todos los contagiados de COVID-19. Sin embargo, todavía está por determinarse si es una consecuencia parcial de algunos de los tratamientos médicos contra la enfermedad.

4. ¿La "variante" brasileña es más letal?

Maduro lo sugirió en la alocución mencionada, pero actualmente es un misterio. Para determinar esto científicamente, se requiere tiempo y prudencia. Hay investigaciones preliminares que sugieren que la variante británica es casi 0,5 veces más letal. Pero es prematuro afirmar esto sobre la P.1.

No obstante, el hecho de que se produzcan más contagios al mismo tiempo, como estaba ocurriendo en Brasil, incrementa la presión sobre los servicios sanitarios y el riesgo de mortalidad, sin necesidad de que la variante sea efectivamente más letal.

5. ¿Se eliminó el esquema 7+7 en Venezuela para imponer una cuarentena total indefinida, debido a la "variante brasileña"?

Hasta la actualidad esta información es falsa. El gobierno de Nicolás Maduro no ha anunciado que se modificará el esquema 7+7. Sin embargo, el 14 de marzo Maduro anunció medidas especiales en Distrito Capital, y los estados Miranda, La Guaira y Bolívar.

6. ¿Qué pasará con la vacunación?

Investigaciones científicas preliminares sugieren que la decena de vacunas aprobadas contra COVID-19 seguirán teniendo eficacia incluso ante las nuevas variantes, o al menos reducirán considerablemente las manifestaciones más graves de la enfermedad. No puede descartarse que en un futuro sean necesarias inmunizaciones periódicas, como ocurre con la influenza.

7. ¿Es recomendable usar dos mascarillas para prevenir la "variante brasileña"?

La mascarilla siempre será una de las herramientas más útiles en la prevención de la pandemia. Los Centros de Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC) recomiendan como una buena idea combinar dos tipos de mascarillas distintas, por ejemplo, una quirúrgica bajo una de tela.



Fuente: Te lo explico, de Es Paja.



ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

ESTE ES EL USO CORRECTO DE LAS MASCARILLAS DE TELA Y QUIRÚRGICAS

La Organización Mundial de la Salud (**OMS**) detalla que existen distintos cuidados para las mascarillas de tela y las de uso médico. En El Pitazo presentan unas claves de cómo asear y utilizar de forma correcta los tapabocas y evitar el contagio por coronavirus.

En caso de usar mascarillas de tela:



No use mascarillas que estén en malas condiciones o a simple vista se vean dañadas, tampoco use aquellas que le dificulten la respiración o queden sueltas.



Al momento de usarla, ajuste la cara de modo que no queden aberturas por los lados.



Para retirarla, use las tiras que se colocan por detrás de las orejas o cabeza. No toque la parte interna.



Lave el cubrebocas con jabón y agua caliente al menos una vez al día.



Deje secar y luego guarde los cubrebocas en una bolsa de plástico limpia y de cierre fácil.

Si utiliza mascarillas médicas o quirúrgicas:



Compruebe que no esté roto o el material esté rasgado.



Para usar, coloque la pieza de metal o borde rígido sobre su nariz, ajuste hasta que no queden aberturas a los lados.



Al llegar a su lugar de destino, retire la mascarilla por las tiras detrás de las orejas o cabeza.



Deseche la pieza en un cubo de basura cerrado, preferiblemente, y luego lave sus manos.

Evitar el contagio por coronavirus y frenar la pandemia es responsabilidad de todos. **Recuerde que las mascarillas no pueden compartirse.**

En la actualidad, la pandemia por COVID-19 ha dejado **más de 93 millones de personas contagiadas en el mundo**, por lo que frenar el virus y fijar responsabilidad de cuidarse a sí mismo y a los suyos es vital.



Fuente: El Pitazo, OMS.



ZULIA: FECHA DE PUBLICACIÓN 21 DE ABRIL

SIETE CLAVES PARA ENFRENTAR LA ANSIEDAD POR COVID-19

La ciudadanía en Venezuela se enfrenta no solo a una pandemia que ha matado a miles de personas en todo el mundo, sino también a circunstancias que pueden conllevar a un deterioro de la salud mental.

El escenario actual puede causar ansiedad, que es un sentimiento de miedo, temor o inquietud. En sus síntomas destacan la tensión, sudor o palpitaciones en el cuerpo.

Iván Morales, psicólogo clínico, define la ansiedad como "una reacción natural que permite actuar ante situaciones de peligro real", según un trabajo publicado en El Pitazo.

Mientras que Wendy Sumosa especialista en psicología infantil, señala que hay diversos motivos para que ocurra la ansiedad, pues se trata de una respuesta adaptativa a ciertas situaciones de estrés que no solo se presentan en la adultez, como la pérdida de un trabajo o una crisis amorosa, por ejemplo, sino que le ocurren también a los niños por diversas situaciones.



El Pitazo reunió ocho recomendaciones para evitar la ansiedad y cuidar la salud mental:

1. Se recomienda jugar con los niños y conversar con amigos y vecinos; para ello, se puede hacer uso de los dispositivos móviles como teléfonos o computadoras, a fin de respetar el distanciamiento social y las órdenes de confinamiento. Se puede utilizar el tiempo de ocio para leer o realizar actividades que permitan desarrollar la creatividad, como la pintura y la danza.
2. Hacer ejercicios o meditar pueden ser una buena forma para despejar la mente. Los pasatiempos, como los rompecabezas, las sopas de letras y los sudokus son una alternativa para combatir la ansiedad.

3. Respetar los horarios habituales de las actividades diarias, por ejemplo, los de las comidas y el sueño, pues ayuda a disminuir la incertidumbre. Se debe procurar mantener una alimentación saludable, sin excesos de grasas o azúcares.

4. Priorizar: evalúa qué necesitas realmente. Evita compras nerviosas que pueden aumentar la sensación de caos.

5. Resuelve problemas concretos: Organiza un día a la vez. Es aconsejable organizar los pendientes y darles solución uno por uno, optimizando el tiempo. Evita pensar y preocuparse por lo que no puedes resolver.

6. Evita el exceso de información para no saturarte. Fija horarios al día para leer noticias y mantenerte al día, siempre a través de medios de comunicación confiables. Actualmente, en las redes sociales abundan falsas noticias que pueden generar estrés.

7. Especialistas también recomiendan practicar yoga para liberar estrés causado por la pandemia, pues esta disciplina mejora la salud mental y física.

Cuándo buscar ayuda

Cuando la ansiedad se vuelve permanente es recomendable acudir a expertos en la materia para tratarla, pues en ocasiones deja de ser una respuesta momentánea ante una circunstancia para convertirse en un trastorno.

Para solicitar ayuda, una vía de comunicación puede ser con los psicólogos ZenaSleiman, a través de su cuenta en Twitter @psiconfio; y Carlos Armas, @carlosarmasp. Además, Cecodap ofrece un servicio de atención psicológica para familias que deseen asistir, sus números de contacto son 0424-2842359 y 0212-9526269; y el Centro de Psicoanálisis Aplicado de Caracas brinda apoyo a quienes lo requieran, pueden comunicarse con sus especialistas por el número 0212-3168756.

Fuente: ElPitazo.

CONSEJOS PARA CUIDAR TU SALUD MENTAL

La salud mental de cada uno de nosotros está en un momento donde nuestras vidas cotidianas se han visto considerablemente alteradas como consecuencia de la pandemia de COVID-19.

Los últimos meses han traído muchos retos: para el personal de salud, que presta sus servicios en circunstancias difíciles, y acude al trabajo con el temor de llevarse la COVID-19 a casa; para los estudiantes, que han tenido que adaptarse a las clases a distancia, con escaso contacto con profesores y compañeros, y llenos de ansiedad sobre su futuro; para los trabajadores, cuyos medios de vida se ven amenazados; muchas personas atrapadas en la pobreza o en entornos humanitarios frágiles con muy poca protección contra la COVID-19; y para las personas con afecciones de salud mental, muchas de las cuales están todavía más aisladas socialmente que antes.

Por no hablar de la gestión del dolor de perder a un ser querido, a veces sin haber podido despedirse.

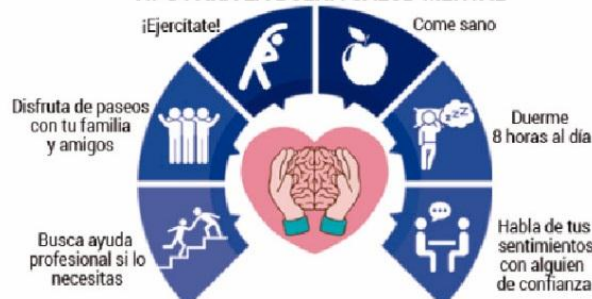
Asimismo, las consecuencias económicas de la pandemia ya se dejan sentir por doquier, puesto que las empresas despiden a personal en un intento de salvar el negocio, o se ven obligadas a cerrar por completo.

Aumenta el apoyo psicológico

Según la experiencia adquirida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en emergencias pasadas, se espera que las necesidades de apoyo psicosocial y en materia de salud mental aumentarán considerablemente en los próximos meses y años. Invertir en los programas de salud mental en el ámbito nacional e internacional, infrafinanciados desde hace años, es ahora más importante que nunca.

Por eso, en Mediosur te presentamos algunos tips de la OMS para cuidar tu salud mental en este 2021:

TIPS PARA LA BUENA SALUD MENTAL



Fuente: Organización Mundial de la Salud (OMS).