



Solidaridad es salud

Descripción

Kinesiólogo Juan Carlos Coronado
Vicedecano Facultad de Salud
Universidad Católica de Temuco

Vivimos tiempos de Pandemia y aunque son muchas las preocupaciones, el énfasis está en los contagios por coronavirus, con especial atención en los grupos de riesgo como las personas con enfermedades crónicas y los mayores. En este contexto de estrés e incertidumbre, la pandemia está dejando secuelas sanitarias que aún no se visibilizan y que van más allá de los contagiados y enfermos. Naciones Unidas, en un informe recientemente publicado, señala que los efectos de esta crisis son complejos y nos afectarán a todos, otorgando un especial énfasis a la protección de los derechos humanos y la inclusión, especialmente en temas de edad, género y migraciones, situación que ha sido reforzada por la Alta Comisionada de Derechos Humanos quien solicita a los estados a asegurar los mismos derechos para todos los grupos humanos apelando a la necesidad de iniciativas solidarias.



Uno de los grupos más afectados por esta pandemia es el de las personas mayores, situación que se puede apreciar a nivel global y que sumado a la desigualdad en los ingresos respecto al resto del resto de la población, hoy se ven limitados o impedidos de salir de sus hogares, de reunirse con amigos o familiares e incluso de poder asistir a controles médicos o retirar sus medicamentos. A esto, se suma la posibilidad de caer en

un exacerbado sedentarismo que puede acentuar una situación de fragilidad llevando al terrible flagelo de la dependencia.

Es ahora el llamado a participar activamente y ser partes de la solución de estos problemas, la Organización Mundial de la Salud ha llamado a la solidaridad, a cambiar el concepto de distanciamiento social por el de distanciamiento físico y fortalecer redes de apoyo. La tarea de la salud de la población no solo depende de los establecimientos y el personal de salud, sino que depende de todos y cada uno de nosotros, estando más que probado que la estrategia del autocuidado es fundamental en la prevención de cualquier patología.

Es necesario el respeto hacia nuestros mayores y el empoderamiento ellos, fortalecidos con las redes solidarias que se pueden generar, donde todos y cada uno de nosotros puede contribuir con un grano de arena en la tarea de aportar, desde entregar y aportar información de salud, realizar tutoriales de ejercicio a distancia, como también a través de un sencillo llamado telefónico para saber como está; o ayudar en hacer las compras de suministros o retiro de los medicamentos en los establecimientos de salud, todo suma, las redes de apoyo son importantes y la solidaridad en estos tiempos de pandemia lo es más. Solidaridad es salud.



Categoría

1. Salud Mental

Etiquetas

1. contagios
2. coronavirus
3. enfermos
4. OMS
5. Salud
6. solidaridad
7. Temuco

Fecha de creación

lunes, 31 agosto, 2020 a las 23:07

Autor

editor