



Boletín No. 184 de 2020

## **Las responsabilidades que tenemos como sociedad frente a la covid-19**

*- Adaptarnos a los cambios y nuevas rutinas hacen parte de entender que como comunidad debemos aportar en este proceso.*

**Bogotá, 22 de abril de 2020.** Disciplina social ha sido un concepto escuchado las últimas semanas en las declaraciones del presidente Iván Duque y del ministro de Salud y Protección Social, Fernando Ruiz Gómez, y que implica el compromiso de la ciudadanía en la forma de acatar las medidas tomadas por el Gobierno Nacional.

“Todos los países han terminado aceptando y adaptando sus vidas por recomendaciones de la OMS y de los gobiernos en cuanto a las medidas de distanciamiento social preventivo y los resultados se han ido dando. En la medida que todos entendamos en términos de cambiar nuestros patrones de conducta y comportarnos en beneficio de la sociedad, todos los ciudadanos entenderemos y entre todos contribuiremos a seguir adelante. No podemos desfallecer porque vamos en buena dirección”, explica el psiquiatra y jefe del Departamento de Psiquiatría de la Universidad del Rosario, Rodrigo Córdoba.

La disciplina, señala Córdoba, es el acto individual que tenemos cada uno para mantener una serie de normas. Al llevarlo a un término aplicado como sociedad, es un conjunto de normas para que podamos funcionar de manera adecuada. “Un ejemplo muy gráfico es la nicotina, cuando se dieron cuenta que el uso de nicotina aumentaba la incidencia de cáncer de pulmón se dictaron una serie de normas, conductas y patrones, por ejemplo, ya nadie prende un cigarrillo en un lugar cerrado. Trayéndolo a esta situación, nada deja de ser más importante que la distancia, el uso adecuado de tapabocas y el lavado de manos, llevar esto al día a día es dar un gran paso en la lucha contra la covid-19”.

El regresar a lo que llamamos la normalidad, es decir, volver a vivir como lo hacíamos antes, será un proceso gradual, tal como lo está siendo el proceso de aislamiento preventivo. “Los seres humanos tenemos todos los recursos mentales para adaptarnos gradual y progresivamente. Sin duda muchos hemos tenido situaciones difíciles, quisiéramos ver personas que nos hacen falta, dificultades, pero la mejor manera de garantizar que esto lo hagamos de manera adecuada es cambiando nuestra forma de pensar, nuestros patrones de conducta”, dice Córdoba.



La salud  
es de todos

Minsalud

Si todos adaptamos estos cambios y lo hacemos de una manera progresiva y lenta, cuidándonos y cuidando a los otros, pronto podremos tener esa vida que extrañamos y que llamamos la normalidad.

Es de resaltar que el trabajo entre todos está dando resultados desde el ámbito social frente a las medidas tomadas por el gobierno, pero aún falta. "Avanzamos, pero no quiere decir que no se puede desfallecer. Esto no es una carrera corta sino una marcha larga. Debemos ser honestos con nosotros mismos y proyectar que si mantenemos estas formas de funcionamiento estamos siendo favorables para el desarrollo de la sociedad", indica el especialista Córdoba.

Por último la recomendación entregada a las personas en general es no descuidar su salud y estar atentos a signos y síntomas. No se trata únicamente de covid-19 sino de diferentes patologías que pueden aparecer y el no estar atentos a ellas puede generar inconvenientes, por lo cual la responsabilidad prima en estas situaciones. "Que esté el virus en estos momentos no quiere decir que las situaciones de salud desaparezcan. Quien tenga una molestia y amerite ir a un servicio de urgencias o llamar a su médico, debe hacerlo. Muchos han llegado a consultar con complicaciones mayores por minimizar los síntomas", concluyó.