

Vencer el Virus

Traducida por Eva Herbert Wood

Esta es una historia sobre una mujer que a la que llamaremos Kali y un hombre que llamaremos Stefan que la ayuda. Kali y Stefan son dos personajes muy queridos de otra historia sin palabras, *Belonging*, pero puedes elegir los nombres por los que quieras llamarlos. En esta historia, Stefan podría ser un amigo de Kali, pero también podría ser su cuidador / trabajador de apoyo o un miembro de la familia. Tú puedes decidir.

Kali vive sola y siente miedo cuando se enferma, especialmente por todas las cosas que ve en la televisión sobre el virus y sobre las personas que ingresan en el hospital. Mira el folleto que le dieron sobre el virus, pero no lo entiende. Al igual que muchas otras personas, le resulta difícil entender las palabras empleadas. No sabe qué es lo mejor que hacer, y tampoco sabe cómo conectarse a internet, pero hay un número de teléfono en el folleto. El problema es que podría llevar mucho tiempo para que alguien responda.

En esta historia, Kali es la que está enferma, y Stefan se mantiene bien. La historia muestra lo cuidadoso que es Stefan, por lo que no contrae el virus. Se mantiene a varios pasos de distancia de Kali, ¡se llama distanciamiento social! Se lava las manos cuando llega. Guarda la compra y luego limpia las superficies de la cocina y las manijas de las puertas con desinfectante. Se lava bien las manos durante 20 segundos y se las seca con papel de cocina y lo tira a la basura. La próxima vez que venga a visitar a Kali se quedará afuera y solo le entregará sus compras.

Kali no necesita ayuda con su cuidado personal. Si fuera necesario, entonces Stefan necesitaría usar guantes desechables y una mascarilla.

Obteniendo ayuda si no estás bien

Entonces, ¿qué debe hacer Kali? ¡No debe ir a la consulta del doctor! Su Mamá le dijo eso!

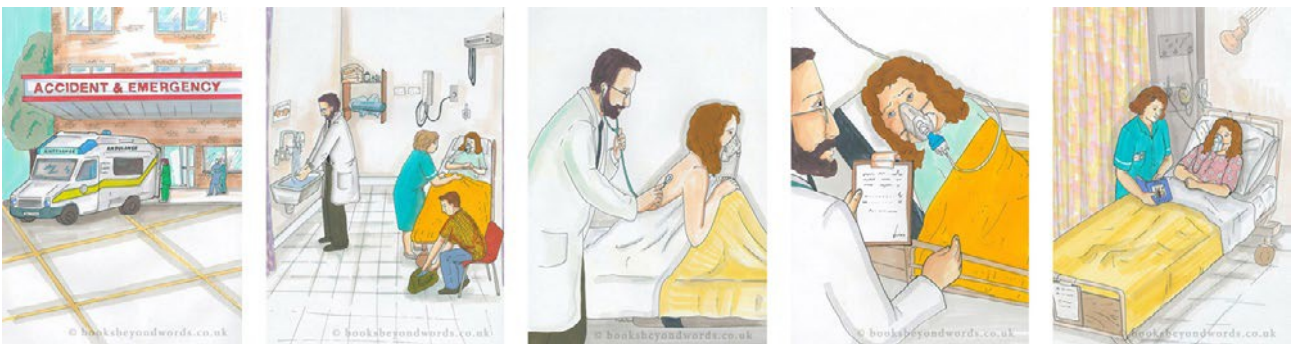
Cuando llama por teléfono para pedir ayuda, Kali puede decirles que tiene una discapacidad de aprendizaje. Esperemos que pueda explicar cuales son sus necesidades particulares de salud. Le preguntarán a Kali si tiene condiciones de salud, como la diabetes.

Kali probablemente no tenga un termómetro, pero puede decirles que siente mucho calor. Le dirán que un cuidador, familiar o amigo necesita mantenerla vigilada y asegurarse de que llame de nuevo si está empeorando.

Le aconsejarán a Kali cómo cuidar de sí misma. Le dirán que beba mucha agua y bebidas azucaradas. Esto es porque, si no bebe lo suficiente, puede estar en riesgo de contraer sepsis. Esta es una infección grave que puede hacer que el cuerpo deje de funcionar (con insuficiencia orgánica) y siempre necesita tratamiento hospitalario urgente.

Le aconsejaran que tome paracetamol. Comprobarán si está tomando cualquier tratamiento que suprima su inmunidad y le aconsejaran que hable con su médico sobre si debe dejar de tomarlo. Esto es porque necesita un sistema inmunológico fuerte para combatir la infección.

Si empeora o le cuesta respirar, Kali debe de llamar al 112. Se asegurarán de que reciba la ayuda que necesita, y si realmente enferma, organizarán una ambulancia para llevarla al hospital, como en las fotos inferiores.



Estas fotos fueron tomadas de [Going into Hospital](#). Todas las fotos de esta historia se pueden encontrar en la aplicación **BW Story App** (ver App Store / Google Playstore)

¿Cuál debería ser la respuesta local?

Los proveedores de servicios locales pueden necesitar asesoramiento sobre sí/cuándo continuar o suspender sus actividades habituales, y repensar cómo proporcionar apoyo. Tendrán que reenfocar a su personal para procurar que las personas que apoyan tienen todo lo que necesitan para mantenerse a salvo. Necesitan planificar para brindar a la persona a la que se apoya con protección y equipo para que lo usen sus cuidadores cuando esté disponible.

En esta historia, Kali puede estar viviendo con apoyo, o viviendo en un hogar independiente. Todavía necesita que alguien la vigile. Comprender cómo mantenerse a salvo puede ser difícil para Kali y sus compañeros. Los consejos del gobierno son difíciles de entender. Su apoyo habitual y cotidiano y las actividades se han detenido, y no entienden por qué no pueden salir fuera. "¿Qué pasó con tomar mis propias decisiones?" Podrían preguntar razonablemente! ¿Cómo pueden las personas que se preocupan por Kali mantenerla tanto mentalmente como también físicamente segura?

Todos habrán escuchado que algunas personas han muerto después de contraer el virus. La estimación es que hasta 1 de cada 100 personas que enferman pueden morir. Esto significa que algunas personas con problemas de aprendizaje pueden morir, o algunos de sus familiares o cuidadores.

Es buena idea saber cómo hablar sobre la muerte y el morir, y estar preparado. Nuestras historias sobre el dolor pueden ayudar a apoyar estas conversaciones: [When Somebody Dies](#) (Cuando alguien muere), [When Dad Died](#) (Cuando papá muere), [When Mum Died](#) (Cuando mamá muere), y [Am I Going to Die?](#) (¿Voy a morir?).

Acerca de los libros de Books Beyond Words

Hay 60 sin palabras (y por lo tanto no dependen del idioma) libros de la serie Books Beyond Words, todas creadas en equipo con personas con problemas de aprendizaje y personas autistas. Todas las historias están disponibles como libros físicos y libros electrónicos a través de la web Beyond Words: www.booksbeyondwords.co.uk.

Las historias también se han desglosado en 400 más cortas, y se pueden buscar fragmentos en la aplicación **BW Story App**, diseñada para teléfonos inteligentes y tabletas. Puedes descargar una versión gratuita (con algunos ejemplos de historias cortas) desde App Store (dispositivos Apple / iOS) o Google Play Store (dispositivos Android).

Si eres nuevo en Books Beyond Words, puedes aprender cómo sacar lo mejor de las historias en nuestra introducción de una hora o siguiendo nuestras sugerencias que encontrarás a continuación. Para obtener más información sobre e-learning y cómo suscribirse a través de nuestro sitio web: www.booksbeyondwords.co.uk/elearning/foundation-module.

Cómo leer este libro

Esta es una historia para personas a las que las imágenes les resultan más fáciles de entender que palabras. No es necesario poder leer ninguna palabra en absoluto.

1. Algunas personas no están acostumbradas a leer libros. Comienza por el principio y lee la historia en cada imagen. Anima al lector a pasar páginas a su propio ritmo.
2. Si estás leyendo el libro con una persona o incluso con un grupo, anímalos a contar la historia con sus propias palabras. Descubrirás lo que cada persona piensa que está sucediendo, lo que ya saben, y cómo se sienten. Tu mismo puedes pensar algo diferente que está sucediendo en las fotos, pero eso no importa. Espera para ver si sus ideas cambian a medida que se desarrolla la historia. Mira, espera e imagina.
3. Puede ayudar a incitar a las personas que estás apoyando a profundizar gradualmente en el significado, por ejemplo:
 - Me pregunto quién es ese.
 - Me pregunto qué está pasando.
 - ¿Qué está haciendo él o ella ahora?
 - Me pregunto cómo se siente él o ella.
 - ¿Te sientes así? ¿Te ha sucedido a ti / a tu amigo / a tu familia?
4. No tienes que leer toda la historia de una vez. Permite a las personas tener tiempo suficiente para seguir las imágenes a su propio ritmo.
5. Algunas personas no podrán seguir la historia, pero pueden ser capaces de entender algunas de las imágenes. Quédate un poco más con las fotos que les interesan.

Una historia sugerida

1. Kali vive sola y no se encuentra bien.
2. Tiene fiebre y se siente realmente enferma.
3. Kali sigue tosiendo. Es una tos seca y horrible. Tose en su codo o en un pañuelo de papel y tira los pañuelos en el contenedor.
4. Va al baño y su orina (pis) es muy oscura.
5. Mira el folleto sobre Coronavirus, pero no lo entiende.
6. Ella llama por teléfono para pedir ayuda.
7. La persona con la que habla dice que debe quedarse en casa, beber mucho y tomar paracetamol, pero no más de cuatro veces al día.
8. Se lava bien las manos: mira un video divertido para aprender cómo hacerlo. (Puedes ver uno aquí: <https://vimeo.com/134952598>)
9. Llama a su amigo, Stefan, y le cuenta que no está bien. Le pregunta si le puede hacer la compra, incluyendo paracetamol, si está disponible - en muchas tiendas se ha agotado.
10. Stefan llega y Kali abre la puerta. Sostiene un pañuelo sobre su boca - no quiere que Stefan contraiga su enfermedad.
11. Stefan se pone una mascarilla (si tiene una) y guarda todo: algunos alimentos, como uvas, pan y leche, y otras cosas útiles, incluyendo desinfectante de manos, un aerosol antibacteriano para superficies, paracetamol, papel de cocina y pañuelos de papel. Se paran a tres pasos el uno del otro. Es muy extraño!
12. Stefan le dice a Kali que es importante beber mucho, así que toma un trago y toma el paracetamol enseguida.
13. Se pone unos guantes desechables y limpia la cocina, superficies y manijas de las puertas. Se lava bien las manos y usa gel de manos.
14. Stefan pone las uvas y algunas bebidas junto a Kali, quien se relaja en el sofá. Luego se despide y se va.
15. Kali bebe un trago y algunas uvas, pero no tiene hambre.
16. Se durmió en el sofá. Ahora ha oscurecido y se despierta tosiendo otra vez!

17. Se cepilla los dientes y se prepara para acostarse.
18. Kali toma un poco más de paracetamol con agua.
19. Ahora Kali se va a la cama. Tiene agua al lado de la cama y algunos pañuelos.
20. A la mañana siguiente sigue con fiebre.
21. Los días pasan. Ahora Kali se ve un poco más animada. Bebe un zumo natural.
22. Stefan le trae algunas comidas precocinadas, latas de sopa, leche y fruta - él no entra.
23. Kali está mejorando gradualmente y disfruta de su comida.
24. Su orina también es de un color mejor y más pálido. Eso es bueno, significa que está bebiendo lo suficiente.
25. Kali ha estado enferma durante una semana entera! Cada día lo marca en el calendario, y el calendario muestra que se han marcado siete días.
26. Un día Kali llama a Stefan para preguntarle si pueden salir a caminar. Dice que pueden caminar a unos pocos pasos de distancia, ¡ para estar seguros!

Títulos relacionados en la serie **Books Beyond Words**

Going into Hospital (2015, 2nd edition) por Sheila Hollins, Angie Avis y Samantha Cheverton, con Jim Blair, ilustrada por Denise Redmond. Este libro ayuda a preparar y apoyar a las personas que ingresan en el hospital, explicando lo que sucede, cubriendo la admisión planificada y en caso de emergencia.

Am I Going to Die? (2009) por Sheila Hollins e Irene Tuffrey-Wijne, ilustrado por Lisa Kopper. Esta historia trata de manera honesta y conmovedora los aspectos físicos y emocionales de morir.

When Somebody Dies (2014) por Sheila Hollins, Sandra Dowling y Noëlle Blackman, ilustrada por Catherine Brighton. Mary y John se entristecen cuando alguien que quieren fallece. Aprenden a sentirse menos tristes asistiendo a sesiones regulares de ayuda posterior a la muerte de alguien, y a sus amigos.

When Mum Died y **When Dad Died** (ambos 2014, 4a edición) por Sheila Hollins y Lester Sireling, ilustrado por Beth Webb. Ambos libros toman un enfoque honesto y directo de la muerte y el dolor en la familia.