



CUAJLÍ TLAMACHILISTLI COVID 2019

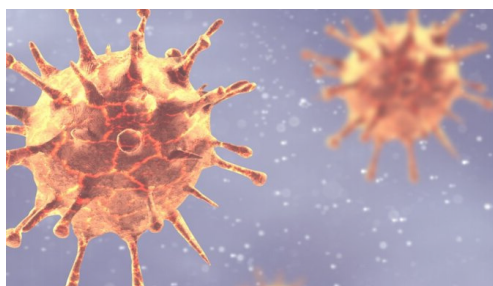
Hueí cocoliztli ipampa coronavirus 2019
ijkon o kijtó OMS cuah o peuh xihuitl 2020

Shkelnamiqui: nonequih cuajlí shpia
mo tlamachilis man mo nacayotl, kan
yejuah tpaktias man cuajlí tnemis.

Cuáh yejcotetzi sen cocoliztli man miaqueh
cualotkiza hueliz fiero tmatztias, shtmatis tlinon
tchihuas, nozoh tpajyohuas, zan tlahuelmiquis,
tmo mohtis, tmatis zan tejuatzin tnemíh,
tmosiajcahuas, tmajmanás, Man nochíh yejuime
cualotla mo tlamachilis man mo tlakayoh.

Shquimishmatih man shquin cuajlalíh kan tlinon
tmitzijlisquzijlisque amantzin:

- Makah ak shquitah nosoh ak shcaquíh tlatzonajlí
(radio o TV, medios de comunicación), kaska masan
tlinon quihijtohuáh de tejón cocoliztli man zan
tlaneltoca tlinon shnejlí. Shtemoh kampa tlinon
kijtohua hue cuajlih, man kampa mitzilisqueh kenijquíh
tmohmanahuis man tkinmanahuis on tquintlazojtla.



- Shtemoh kamanon tmosehuis.
Shchihuah tlinon tkueltah man
ma mitz palehuih cuajlí tnemis.
Shkolíníh no tlakayoh cuajlí
shcochíh man cuajlí shtlakuah.



- Shquiminotza on Tehuan
tlahtlatoaníh pero maka ak
shquinminizihuíh. Tehuan
shtlahtlahtóh on mas tquiminotzaní
man shquijlí tlinon mitz ajmanáh.



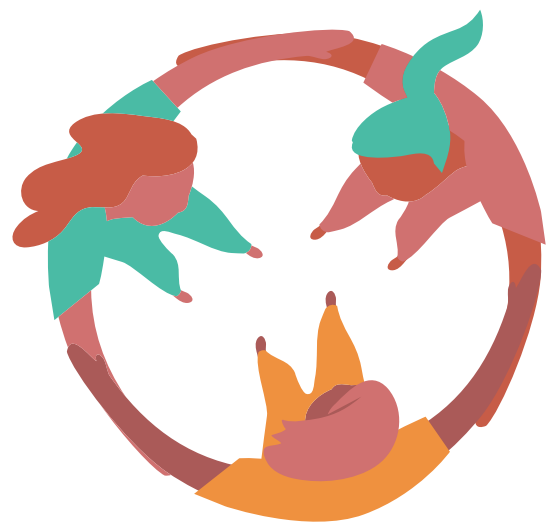
- Tla tlaneltocah mitz palehuis
cuajlí tnemis mo chan.



- Tla tkimpiáh koneme shquimpalehui
ma mitzihlican tlinon kmatih, tla
nomojtiáh nosoh tla najmanáh cuáh
nahuiltiáh nosoh cuáh tlaikuilohuah.



- Tla thuelíh shchihuah tlinon
nochipah tchihuah tehuan mo
chanehuaneh nosoh tehuan oczekiméh,
yejuah mitz palehuis tmatis nochíh
cuajlí onkah.



#UAEMPsiologíaAtenciónA
LaDiversidad



Shkelnamiquih ka tla tnemíh ípan
ompohualtonalpan mitz palehuis
shtcualos, tehuan mo chanehuaneh,
man nochimeh.



Tla tnequíh ma mitz palehuican shon tehnotzah pan
01 800 911 6537 (yonce ce, chicuehí yonce yonce,
chicnahuí ce ce, chicuacen macuihli yehi chicomeh)
cuah tnequiz nochíh tonahlí.



Elaborado por: Paola Rodríguez,
Pamela Muñoz, Jesús Colín,
Iván Pineda y Berenice Rojas.

Traducido por: Modesto Bautista
de la Cruz y María Cristina
Bautista de la Cruz

Fuentes: UNAM. (2018). ¿Qué es la salud mental?. Revista UNAM Global. Dirección General de Atención a la Salud UNAM. Ciudad de México. Recuperado de: <http://www.unamglobal.unam.mx/?p=53473>
· Ehécatl Cabrera. (2020). El cuidado de la persona que cuida ante COVID-19. Instituto de Investigaciones Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de: <https://www.iis.unam.mx/blog/el-cuidado-de-la-persona-que-cuida-ante-covid-19/>
· Organización Mundial de la Salud. (2013). Plan de acción sobre salud mental 2013-2020. Organización Mundial de la Salud. Recuperado de: https://www.who.int/mental_health/publications/action_plan/es/
· Organización Panamericana de la Salud. (2020). Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19. Organización Panamericana de la Salud. Recuperado de: <https://www.paho.org/es/documentos/consideraciones-psicosociales-salud-mental-durante-brote-covid-19>