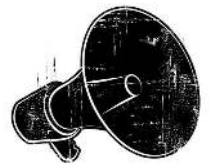


# EL MIGRANTE

Noticias que se pueden usar

No.28: 31 de marzo 2020



**EXTRA!  
EXTRA!**

Incluye información **IMPORTANTE** sobre cómo protegerse contra el coronavirus. ¡No se la pierdan!



## Noticias

### México

El gobierno federal declaró Estado de emergencia sanitaria ante la dispersión del COVID-19 en el país. Con ello se ordenó extender hasta el 30 de abril la suspensión de actividades no esenciales tanto públicas como privadas, así como respetar los derechos laborales de los empleados, incluido el pago completo de sus salarios. *La Jornada* <https://bit.ly/3bDuzVt>

En Baja California se restringió la circulación de personas en la vía pública, salvo en casos realmente necesarios. Agentes de Policía Municipal y de la

Guardia Nacional recorren las calles para asegurar que se cumpla la medida. *AFN Noticias* <https://bit.ly/3bEq11a> y *gobierno de Mexicali* <https://bit.ly/33W7WsJ>

México recibirá a los migrantes centroamericanos que Estados Unidos decida regresar de inmediato a sus fronteras al rechazar su solicitud de asilo debido a la pandemia de COVID-19. *El Imparcial* <https://bit.ly/3bwHnNg>

Albergues en Mexicali y Tijuana dejaron de recibir nuevas personas para evitar contagios de COVID-19. Así lo anunciaron al menos la Casa del Migrante y Alfa y Omega. Los recién llegados, en su mayoría deportados, se canalizan al Centro de integración del Migrante del gobierno federal en Tijuana. *El Imparcial* <https://bit.ly/33Z6IwR>

En plena emergencia sanitaria por el COVID-19, México mantiene a mujeres y niñas, además de hombres, de diferentes países (principalmente centroamericanos) encerradas en Estaciones Migratorias, sin condiciones de higiene básicas como atención médica y sin protocolos para prevenir el contagio del nuevo virus, denunció la ONG Asylum Access. *Cimac noticias* <https://bit.ly/2xyr10Q>

### EEUU

El sistema de inmigración de Estados Unidos estableció cambios ante emergencia por COVID-19. Entre ellos la suspensión de las audiencias en las cortes; cierre parcial de las fronteras con Canadá y México; de visitas sociales a detenidos; aplazamiento de citas para firmas; procesos de admisión de refugiados, entre otras. *La Opinión* <https://bit.ly/2X52aDT>

El Servicio de Inmigración y Aduanas (ICE) confirmó el contagio con coronavirus de uno de sus agentes en una cárcel en Colorado. Ante eso, casi cien detenidos fueron liberados "por razones humanitarias". Se anticipa que más inmigrantes quedarán libres en los próximos días. *El Diario de Nueva York* <https://bit.ly/33ZHSwH>

Tres niños migrantes en proceso de refugio dieron positivo a coronavirus en una estancia del gobierno Nueva York. Forman parte de los tres mil 500 menores no acompañados del éxodo de 2018 que esperan hogar temporal. *Agencia Efe* <https://bit.ly/2wIu1Pt>

Si quieres recibir información y noticias vía WhatsApp, envíanos un texto/nota de voz al 664-853-5904; o vía email, a: [mx-elmigrante@internews.org](mailto:mx-elmigrante@internews.org)

**Guatemala**

Aunque las fronteras guatemaltecas están cerradas para todos los extranjeros, personas deportadas continúan llegando a la Casa del Migrante de Tecún Umán para pedir asilo y resguardo. Son trasladados fuera del municipio por el temor de la población de que detengan COVID-19, aislándolos y en caso de contraerla poniendo en riesgo su vida sin recibir atención médica. RFI <https://bit.ly/2ULAYH>

**El Salvador**

Hasta el domingo 29, sumaban 30 casos confirmados de COVID-19, por lo que el gobierno amplió por 15 días más el estado de excepción como medida para evitar la propagación de la enfermedad. Agencia EFE <https://bit.ly/2OYcd9I>

**Nicaragua**

Ciudadanos protestan contra el gobierno orteguista por no llevar a cabo ninguna campaña preventiva ante la pandemia por la COVID-19. Como medida de protección han recurrido a autoimponerse en cuarentena y a alentar a otros a hacerlo y a exigir a las autoridades la suspensión de la actividad en las escuelas. Confidencial <https://bit.ly/2URO8m7>

**Honduras**

El Fondo Monetario Internacional (FMI) dará al gobierno 143 millones de dólares para atender la crisis por coronavirus. Aunque no informó bajo qué condiciones, asegura que ayudará a sostener la posición externa de su economía. San Diego Union Tribune <https://bit.ly/3dJL44k>

**Haití**

El gobierno anunció el 19 de marzo los primeros contagios y decretó el estado de emergencia para contener el brote, pero se enfrenta a la fragilidad del sistema de salud, la incapacidad de los más vulnerables para cumplir las medidas y el estigma de los casos sospechosos. Suman ya 15 casos y no se han reportado muertes. Europa Press <https://bit.ly/2WYeB4g>

**Cuba**

Con dos muertes y 16 nuevos positivo por coronavirus, subió a seis los fallecidos y a 186 los casos confirmados, de acuerdo al parte diario publicado el 31 de marzo por el Ministerio de Salud Pública (Minsap); informó que dispone de 100 mil pruebas rápidas para diagnosticar el virus. Agencia EFE <https://bit.ly/2X4JLqN>

**TEMA DE LA SEMANA****Promueve Save the Children protección ante COVID-19 en albergues**

- ❖ Las niñas, niños y adolescentes dependen de los adultos para cuidar su salud y también pueden aprender buenos hábitos
- ❖ Lavado de manos y distanciamiento social es la mejor medida para evitar la propagación masiva de coronavirus

Con la pandemia por coronavirus, es importante que información vital llegue a todas las personas, sobre todo a las más vulnerables. Por eso, personal de la organización internacional Save The Children mantiene en albergues para migrantes una campaña de promoción de medidas de prevención y protección ante el virus y la enfermedad que este genera, COVID-19.

Fátima Andraca, coordinadora de Respuesta Humanitaria de Save The Children, compartió con El Migrante estrategias para contribuir al bienestar de las niñas, niños y adolescentes y sus familias, que viven en los albergues.

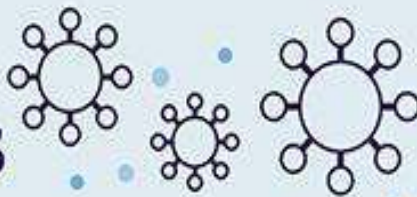
“Al tener un contagio tan fácil, cualquiera puede adquirir este virus, pues se dispersa por las gotículas que salen de nuestro cuerpo, cuando hablamos, estornudamos, con el contacto de persona a persona o si alguna persona que tiene COVID toca alguna superficie y luego con tu mano tú la tocas y te tocas la cara, ojos y boca.

Los principales síntomas son fiebre, tos seca y dolores pulmonares, pero también han habido casos de diarreas, han habido casos que presentan mocos y estornudos o dolor de cabeza. Insisto, es un virus muy nuevo, entonces cada día sale más información al respecto.

**¿Es posible que alguno de estos síntomas se confunda con una gripe común con una tos común?**

Es muy posible y por eso es recomendado identificar primero la fiebre, los altos niveles de temperatura en el cuerpo, que son el indicador número uno. Cuando nos da gripe común, tenemos que tener una gripe muy, muy, muy fuerte para que no dé fiebre, entonces si ahorita ya presentamos fiebre, es un indicador importante que hay que tomar en cuenta. Y para evitar esa confusión es importante llamar a los teléfonos de la Secretaría de Salud o acudir al médico.

# Cuídate ante el coronavirus



**El Coronavirus (COVID-19) es una enfermedad respiratoria nueva. Actualmente el contagio se da principalmente de persona a persona.**

## PROTÉGETE Y MANTENTE SALUDABLE



**Lava tus manos frecuentemente con agua y con jabón, o límpialas con un desinfectante a base de alcohol (gel antibacterial).**

**¿Por qué?** Al lavarlas el virus muere si está en tus manos.



**Si toses o estornudas cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tira el pañuelo inmediatamente y lávate las manos**

**¿Por qué?** Al cubrir la boca y la nariz durante la tos o el estornudo evitas que los gérmenes y virus se propaguen, si lo haces con las manos puedes contaminar los objetos y a las personas que toques.



**Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca.**

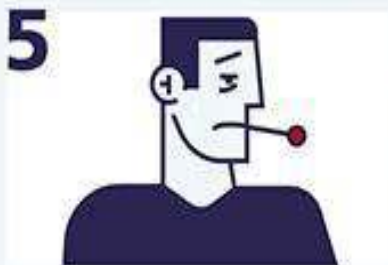
**¿Por qué?** Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si te tocas los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas puedes transferir el virus de la superficie a ti mismo.



**¡Mantén distancia! Guarda la mayor distancia posible entre tu y las demás personas, especialmente las que tosan, estornuden o tengan fiebre.**

**No todas las personas que tosen o estornudan tienen coronavirus, si ves a alguien en esta situación y te preocupa puedes comentarle a la persona responsable de espacio.**

**¿Por qué?** Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como el coronavirus, tose o estornuda libera gotitas que contienen el virus. Si tú estás muy cerca, podrías respirar el virus.



**Si tienes fiebre, tos y problemas para respirar busca atención médica cuanto antes. Cuéntales en que lugares has estado recientemente. ¡No te automediques!**

**¿Por qué?** La fiebre, la tos y la dificultad para respirar son síntomas que pueden deberse a una infección respiratoria o a otra enfermedad grave. Los síntomas pueden tener diversas causas, y dependiendo de su historia de viaje y situación personal, el coronavirus (COVID-19) podría ser una de ellas.

Fuente: OPS/OMS

## ¿QUÉ HAGO SI CREO QUE TENGO COVID-19?



En caso de presentar uno o varios síntomas de COVID-19, la Secretaría de Salud de México recomienda aislarse y quedarse en casa a recuperarse, atendiendo todas las medidas preventivas.

El subsecretario de Prevención, doctor Hugo López-Gatell Ramírez, recordó que no existe un medicamento que aniquile el nuevo coronavirus, pero explicó que el COVID-19 -como muchas infecciones respiratorias causadas por virus- es una enfermedad que se cura sola, es decir, el propio cuerpo en condiciones saludables produce anticuerpos que ayudan a eliminarlo. Por eso la mayoría de las personas contagiadas se recuperan espontáneamente.

### Antes síntomas,

### llamar a

Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria

**Tel. 800 0044 800 (todo México)**

Sistema de Salud en BC

**Tijuana 664 1082529**

**Mexicali 686304 080**

Si el malestar empeora, acudir a un centro de salud pública o privada, para que se atiendan los síntomas y monitoree la evolución de la enfermedad.

### Hospital General de Tijuana

Bld. Centenario 10851, Zona Río, 22000 Tijuana, B.C

### Hospital General de Mexicali

Calle del Hospital, Centro Cívico, 21000 Mexicali, B.C.



## BOLSA de RECURSOS

## TIJUANA



### Clínica comunitaria Justicia en salud

De Refugee Health Alliance (RHA)

Avenida Negrete #8350, Zona Centro  
(Al lado del albergue y centro cultural  
Espacio Migrante)

Horario: **Por cita, vía telefónica**

Teléfono: 664 617 6504

**Atienden emergencias y a mujeres  
en labor de parto; orientación sobre  
COVID-19 solo vía llamada o  
videollamada**

### Comedores Gratuitos (Siguen sirviendo)

❖ **Desayunador Padre Chava**  
Calle Ocampo, al lado de Smart  
& Final

Zona Centro, Tijuana  
Horario: de 8am a 11am

❖ **Enclave Caracol**  
Entre avenida Revolución y  
calle Madero, Tijuana  
Casi frente al Museo de Cera  
Horario: Entre 1 y 3pm

### Al Otro Lado

ASESORÍA LEGAL GRATUITA  
PARA SOLICITANTES DE ASILO EN EEUU

### Nueva ubicación:

Cristóbal Colón y Avenida H, Zona Centro, (Edificio  
verde y anaranjado)

**Ante la contingencia por el COVID-19, el servicio  
se da solo vía llamada o mensaje de Whatsapp, de  
lunes a viernes, de 9:00 am a 5:00 pm**

*Para quienes van a iniciar su proceso:*

+52 1 (664) 732 0303

*Para personas con corte o cita para ver al juez*

+52 1 (664) 1946209

## TAPACHULA

### Servicios Humanitarios:

**Debido a la contingencia humanitaria, las asociaciones han  
cambiado su operación**

**ACNUR: Continúa sus servicios por cita.**

Tel. en todo México 800 226 87 69 Correo e: [mexme@unhcr.org](mailto:mexme@unhcr.org) y  
Whatsapp 55 20462974

**COMAR: Solo para dudas** Tel. 55-52 09 88 00 Extensión 59316

**Centro de Derechos Humanos para Migrantes Fray Matías de  
Córdova**

*Asesoría jurídica urgente:* 962 232 36 17

*Atención emocional:* 962 136 30 44

*Orientación para regulación migratoria (INM):* 962 139 24 46

*Asesoría sobre personas en detención migratoria (siglo XXI):* 962 139  
24 46

**Servicio Jesuita de Refugiados.**

Tel. 962 625 6961

Si tienes miedo de regresar a tu país porque  
tu vida, seguridad o libertad corren peligro,  
**tienes derecho a pedir protección como  
una persona refugiada en México.**

Contacta al ACNUR para recibir  
información y orientación.

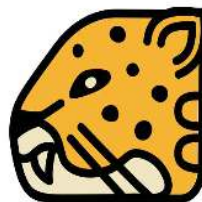
Número gratuito en todo  
México: **800 226 8769**

[mexme@unhcr.org](mailto:mexme@unhcr.org)

56 2046 2974



**UNHCR  
ACNUR**  
La Agencia de la ONU  
para los Refugiados



[@ConfiaEnElJaguar](https://www.facebook.com/ConfiaEnElJaguar)

**El Jaguar es una herramienta de  
información en la que El Jaguar, un  
portavoz de la Agencia de la ONU  
para los Refugiados (ACNUR), la  
Organización Internacional para las  
Migraciones (OIM), UNICEF México,  
la Comisión Mexicana de Ayuda a  
Refugiados (COMAR) y la Comisión  
Nacional de los Derechos Humanos  
(CNDH), comparte mensajes de  
información y protección a las  
personas migrantes.  
Búscalo en Facebook  
[@confiaEnElJaguar](https://www.facebook.com/ConfiaEnElJaguar)**

### **¿Qué pueden hacer las personas que están viviendo en los albergues para evitar contagios masivos?**

La primera medida es un lavado de manos constante, es decir, todo el tiempo estar lavándonos las manos, ya sea con jabón y agua o con gel antibacterial; y seguir los pasos del correcto lavado de manos, que es limpiar muy bien las uñas, entre los dedos, los nudillos, muñecas, etcétera; se recomienda incluso que cantes una canción como de 20 segundos en lo que te lavas las manos para garantizar que estás cumpliendo los pasos correctos para eliminar cualquier riesgo.

De la misma manera, si alguna persona está enferma de gripa o va a estornudar tengas una distancia de al menos un metro entre una y otra para evitar que esas gotículas que salen de nuestro cuerpo al momento de estornudar, le lleguen al resto las personas; y evitar tocar cara, boca, nariz y ojos especialmente porque a través de estos donde entra el virus a nuestro cuerpo, al tocar una superficie que lo tenga y entonces nosotros mismos lo transmitimos.

### **¿Quiénes tienen mayores riesgos de que su salud se complique a causa del COVID-19?**

Todas las personas de todas las edades podemos contagiarnos, pero quienes que tengan algún tema de salud ya diagnosticado, es decir, quienes tienen diabetes, son hipertensos, problemas del corazón, problemas de respiración y en su mayoría las personas mayores 60 años de edad son los más vulnerables. Sin embargo, tenemos que cuidar mucho también de los niños, niñas y adolescentes porque al ser un virus nuevo, no se tiene mucha información sobre las afectaciones y ellos también se contagian. Entonces tenemos que garantizar todos incluir las prácticas de lavado de manos en nuestra vida diaria y en nuestra rutina de todos los días. Sí ya nos la lavamos, hay que hacerlo con mucha más frecuencia.

### **¿Cómo podemos proteger a esta población?**

Primero informándoles, garantizando que ellos tengan todas las herramientas necesarias para hacer estos cambios en su vida. Que de verdad estemos conscientes que es una enfermedad que también le puede ser propagada a niños y niñas y adolescentes. Y entonces cambiar a un estilo de vida a ser más sano, que es comer más sano, hacer ejercicio, incrementar nuestras prácticas de higiene; es decir, estar bien. Los niños niñas y adolescentes dependen muchísimo del cuidado de los adultos entonces tenemos que sensibilizar a la población adulta en estos cuidados, pero también generar esta conciencia dentro de los propios, niños y adolescentes para que ellos sean quienes fomentan estas buenas prácticas.

### **¿Hay otras maneras de que, en caso de que nos contagiemos, el impacto sea menos grave?**

Si nosotros tenemos un estado de salud óptimo, si nos llegáramos a contagiar de COVID 19 el impacto en nuestro cuerpo sería muchísimo menor y se puede curar de manera regular. Por eso se recomienda que es un buen momento para hacer una pausa nuestra vida y mejorar nuestros hábitos. Pero en realidad la medida de disminución de la propagación es el lavado de manos y el menor contacto directo con la gente; tratar de que estas gotículas no se compartan entre una persona y otra para evitar la propagación. La higiene es clave y el evitar estar en contacto con aquellas personas que ya se encuentran con síntomas o ya dieron positivo.

### **¿Qué es lo primero que tiene que hacer las personas que tienen algún síntoma y están viviendo en un albergue?**

Yo les recomendaría avisar a las coordinaciones dentro de los albergues, porque ellos han establecido contacto con el sistema de salud y entonces podrían referirlos. Actualmente trabajamos con un albergue que tiene un cuarto de aislamiento, donde a las personas que detectan con síntomas hasta que se les hagan las pruebas y salgan positivos o no; y en otro de los que trabajamos ya están en cuarentena, es decir nadie puede entrar o salir al albergue. Este tipo de medidas pueden ayudar a que no se siga propagando dentro de los espacios. También el distanciamiento de un metro con las personas a nuestro alrededor, es decir, si ya sentimos síntomas, tratar de estar más aislados del resto de la gente, y ante un estornudo, una tos, cubrirme con mi antebrazo y ser muy precavidos.

### **¿Cómo pueden manejar esta indicación del metro de distancia las personas que viven en grupo en los albergues?**

Es muy complejo, cada coordinación de los albergues tendrá que ir ideando diferentes estrategias; poner a las personas que presentan síntomas en aislamiento y tomar esa misma medida con el resto de la familia, porque seguramente tuvo contacto. Pero mientras no se presenten síntomas no hay necesidad de estar a un metro a la distancia, solo mantener estas prácticas de higiene que comentábamos. Es importante decir que el 80 por ciento de las personas que han adquirido el coronavirus se ha recuperado en casa, sólo el 2 por ciento ha llegado a la muerte. Entonces, la recuperación puede ser bastante sencilla, siempre y cuando se tenga una detección oportuna. Lo grave es la propagación masiva. Por eso hay que tener este cuidado y está sensibilización de que si yo ya tengo, debo aislarme y si no lo tengo, tratar de no estar tan en contacto con tanta gente, no compartir utensilios de cocina, como meternos el mismo tenedor a la boca o no tomar del mismo vaso de agua, porque se propaga muy rápido y muy fácil.

Entonces es tener como mucho cuidado justo en evitar la propagación, en cuanto salga el primer caso, tomar las medidas necesarias ya sea tener todas las personas en cuarentena o lo que se vaya definiendo, según los casos y la intensidad.

Es momento de tomar conciencia de que no solamente nos tenemos que cuidar a nosotros, sino también a otras personas, niños y adultos. Por eso también es importante evitar saturar el sistema de salud, que es muy importante para que priorice aquellos casos que de verdad son muy riesgosos. Por eso hay que llamar a los teléfonos para avisar de nuestros síntomas y ellos nos pueden decir si tenemos síntomas o signos de alerta y si acudimos al centro de salud, o nos dan la tranquilidad de decirnos 'Esto suena más, a que puede ser una gripa', y ya seguir las recomendaciones que nos den".

## PERFIL

### Mantener la calma y cumplir las recomendaciones, no podemos hacer más: migrante en albergue

- ❖ Ante las condiciones que implica vivir en grandes grupos, la situación en estos lugares se torna compleja ante la pandemia por COVID-19

*¿Cómo es vivir en grupos de 30 o más personas, durante un tiempo lleno de incertidumbre, como el que se vive en todo el mundo por la pandemia del coronavirus? Alejandra, nicaragüense que espera en Tijuana su proceso de solicitud de asilo en Estados Unidos bajo el Protocolo de Protección a Migrantes (MPP, por sus siglas en inglés), nos compartió su sentir.*

“Creo que hay que mantener la calma, pues, y tratar de no estar mal. Yo creo que eso del miedo le da a cualquiera, ¿verdad? Más nosotros que estamos expuestos en un lugar que no sabemos de dónde vienen las personas que viven aquí y todo eso. Es miedo por los hijos de uno y nosotros, que estamos lejos de nuestros países. Pero hay que tener fe que todo esto va a mejorar. Yo y mi familia, pues

estamos tratando de mantener toda la calma, mantenernos bien, como siempre, tratar de hablar de otras cosas, algo normal. También lo normal de siempre mantenernos limpios y todo eso; tratar de no salir mucho, ni de exponer mucho a mi hija en la calle.

Él (mi esposo) en cuanto viene de trabajar, igual se da su baño y ya casi no se mantiene mucho tiempo con nosotras, pero fuera de eso hasta el momento todo bien. Alarma un poco que todo se para, o sea, también con toda esa noticia ahorita, creo que todo está parado por el momento. Y pues aquí (en este albergue) no ha salido nada malo todavía, pero siempre estamos con un poquito de miedo, como todos creo yo. Según que tenemos que estar a dos metros de distancia, pero eso es como algo imposible aquí.

Lo que me queda hacer a mí, pues yo hago el resto, o sea, por decir en el día a mi hija, la mantengo aquí en el patio que es grande; compramos tapabocas y nos mantenemos poquito alejados. Pero en la noche ya es como imposible, pues porque dormimos muchos en la misma sala.

Realmente aquí todo sigue de la misma forma. Viene saliendo igual y pues sólo encomendarnos a Dios, no queda nada más. Dijeron que ya no se iba a ingresar nada, pero igual siempre ingresando. Igual la gente que sale a trabajar ¿no? Todo mundo, pero no todo el mundo hace eso de cuando regresa meterse luego a bañar, que son las indicaciones que dieron algunos aquí. Otras cosa es que organizaciones ya no están viniendo, les está prohibido entrar a los albergues y hay actividades que ya no se hacen. Pero igual aquí nosotros seguimos viendo gente que ingresa.

Gracias a Dios han venido a dar muchos productos de limpieza e incluso trajeron un puesto de lavamanos, aquí la tienen en el patio. Este centro de lavado lo trajeron unos doctores de Canadá, no sé, fue ayuda que gracias a Dios vino aquí y lo trajeron. Hay alcohol, antibacterial y yo también, pues me compré mi bote de alcohol y siempre lo cargó a la mano. Procuero siempre andarlo para nosotros, siempre la niña cubierta.

Tratamos de mantener un poco limpio aquí, pero no todos acatamos las reglas. Algunas nos unimos y tratamos de mantener limpio el área de la cocina y el área del dormitorio de los niños. Yo trabajo los sábados y domingos y también trato de hacer lo mismo. Pero lo que sí, uno se pone un poco pensativo pues en que vamos a tardar un poco más tiempo aquí por todo lo que está pasando. Pero no queda más que tratar de mantener la calma y de ahí seguir para adelante, tratar de hacer las cosas como tienen que ser, bien, esperar y ya. Hasta el momento no ha salido nadie afectado. Esperemos que no llegue aquí”.



Para escuchar la versión radial de El Migrante o recibir la copia digital, mándanos un texto/Whatsapp: 664-853-5904 o email: [MX-ELMigrante@internews.org](mailto:MX-ELMigrante@internews.org)