

Cómo combatir la discriminación relacionada con el COVID-19

Hoja informativa

Interrumpa el racismo

Las comunidades de personas asiáticas estadounidenses, de las Islas del Pacífico y de tribus de indígenas estadounidenses han sido víctimas de ataques racistas verbales y físicos en las comunidades de Oregon. Es importante unirnos y apoyarnos unos a otros en solidaridad y trabajar de forma intencional para interrumpir nuestros prejuicios y estigmas y los de otras personas con respecto al origen del virus.

Lo que usted puede hacer



Puede interrumpir el estigma al compartir información precisa. Manténgase informado/a a través de fuentes confiables como la Autoridad de Salud de Oregon y dirija las preguntas de las personas a fuentes oficiales como 211info o la Conexión de Recursos de Envejecimiento y Discapacidad (ADRC, por sus siglas en inglés).



En estos momentos debemos ser amables con otras personas; sin embargo, los actos de odio o prejuicio deben abordarse. Corrija la información falsa y recuérdle a la persona que cualquier individuo expuesto al COVID-19 puede contagiarse, sin importar su raza, grupo étnico o nacionalidad. Reporte cualquier acto de odio o prejuicio ante el Departamento de Justicia de Oregon llamando al 844-924-BIAS(2424).



Escuche, reconozca y, después de obtener permiso, comparta historias sobre las personas que están experimentando discriminación, junto con un mensaje que diga que la intolerancia no es aceptable en su comunidad.

Recursos

- Reporte un delito relacionado con los prejuicios ante el [Departamento de Justicia](#): 1-844-924-BIAS
- [Healthoregon.org/coronavirus](https://healthoregon.org/coronavirus)
- [Autoridad de Salud de Oregon, video "COVID-19: Learn the Facts" \("COVID-19: Conozca los hechos"\)](#)
- [Kit de herramientas de redes sociales contra los estigmas del Condado de King](#)
- [Consejos sobre la enfermedad del coronavirus \(COVID-19\) para el público: Mitos y realidades](#)
- [Póster "Los virus no discriminan"](#)
- www.adrcforegon.com
- www.211info.org

Encuentre enlaces a recursos sobre el COVID-19: <https://www.oregon.gov/DHS/Pages/COVID-19-Communications-Toolkit.aspx>

Puede obtener este documento en otros idiomas, en letra grande, en braille o en otro formato que usted prefiera. Comuníquese con Melissa Gomez llamando al 503-947-2689 o por correo electrónico a melissa.gomez@dhsosha.state.or.us. Aceptamos todas las llamadas de retransmisión o puede marcar al 711.

Interrumpa la discriminación en contra de las personas discapacitadas y la discriminación por edad

La Organización Mundial de la Salud ha escrito que los "adultos mayores y las personas con condiciones médicas preexistentes (como la hipertensión, las enfermedades cardíacas o la diabetes) parecen enfermarse más gravemente que otras personas".

Las precauciones para los adultos mayores y las personas con condiciones médicas preexistentes son reales, pero también han generado discriminación en contra de los residentes de Oregon de más edad o con discapacidades. Las declaraciones dañinas acerca del valor inherente de las comunidades que podrían verse más afectadas por el COVID-19 han sido generalizadas y deben combatirse.

Lo que usted puede hacer



Corrija con delicadeza el lenguaje y las acciones prejuiciosas. Reporte cualquier acto de odio o prejuicio ante el Departamento de Justicia de Oregon, llamando al 844-924-BIAS(2424).



Escuche, reconozca y, después de obtener permiso, comparta historias sobre las personas que están experimentando discriminación, junto con un mensaje que diga que la discriminación en contra de las personas discapacitadas y la discriminación por edad no son aceptables en su comunidad.



Siga las recomendaciones sobre cómo lidiar con los efectos del distanciamiento social, como la ansiedad y la depresión. El distanciamiento social no significa aislamiento social; encuentre formas de continuar con sus relaciones y conexiones sociales que no requieran de la cercanía física. Además, si usted o algún conocido se siente abrumado/a por emociones como la tristeza, la depresión o la ansiedad, o si siente que quiere hacerse daño a sí mismo/a o a alguien más, llame al 911 o a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio al 1-800-273-TALK (1-800-273-8255).



Familiarícese con las leyes laborales durante una pandemia. La Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA, por sus siglas en inglés) protege a los solicitantes y a los empleados en contra de la discriminación por discapacidad durante una pandemia en al menos tres formas importantes.

1. La ADA regula las indagaciones y los exámenes médicos de los empleadores relacionados con una discapacidad para todos los solicitantes y empleados, incluidos aquellos que no tienen discapacidades de la ADA.
2. La ADA prohíbe a los empleadores que excluyan a las personas con discapacidades de los lugares de trabajo por razones de salud o seguridad, a menos que representen una "amenaza directa" (es decir, un riesgo significativo de daño sustancial con adaptaciones razonables).
3. La ADA requiere adaptaciones razonables para las personas con discapacidades.

Recursos

- [Ley de tiempo por enfermedad de Oregon](#)
- [Preparación para una pandemia en el lugar de trabajo y la Ley de Estadounidenses con Discapacidades \(ADA, por sus siglas en inglés\)](#)
- [Consejos para el distanciamiento social, la cuarentena y el aislamiento durante un brote de enfermedad infecciosa](#)
- [Preguntas y respuestas comunes sobre el COVID-19 para los adultos mayores y las personas con condiciones crónicas de salud](#)
- [ADA, Ley de Rehabilitación y COVID-19](#)