

iJunt@s
nos podemos
cuidar!



La campaña “**Junt@s nos podemos cuidar**”, fue lanzada el 18 de marzo del presente año, como una iniciativa del Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica. Sin embargo, para el 11 de junio en respuesta a la articulación que se venía desarrollando con la Secretaría Técnica de Salud Mental del Ministerio de Salud y a la relación de nuestro Colegio con la oficina central de Seguridad de Facebook e Instagram de la región latinoamericana, el 11 de junio se relanzó la campaña como un esfuerzo conjunto de todas las partes para lograr un mayor alcance social y un aporte positivo en la población brindando información de expertos en Psicología y herramientas para hacer frente a los cambios mencionados anteriormente.

Para efectos de este informe la campaña de comunicación “Junt@s nos podemos cuidar”, se presentará en dos etapas, la primera de ellas siendo organizada solo por el CPPCR y la segunda etapa corresponde al esfuerzo conjunto de las organizaciones antes mencionadas.

I ETAPA

 Del **18 de marzo** al **11 de junio** 2020

A continuación, se presentarán los resultados de la primera fase que se realizó entre el **18 de marzo y hasta el 11 de junio del 2020** (aproximadamente 3 meses) y fue difundida a partir solo de los esfuerzos del Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica.

iJunt@s
nos podemos
cuidar!

Alcance

1.054.668

Cantidad de personas que una o más veces estuvieron expuestas a la campaña a través de **Facebook, Instagram y YouTube.**



Post en Facebook Interacción

19.184

Cantidad de personas que interactuaron con la campaña a través de Facebook, ya sea **reproduciendo** sus videos, **compartiendo**, **comentando** y dando **“me gusta”** a las diversas publicaciones.

A faint, light green illustration of a lightbulb with rays emanating from it, positioned in the top left corner of the page.

81

Cantidad de **noticias** generadas
en medios de comunicación

Grado de vinculación: es el estímulo que
tuvieron las personas alcanzadas con la
campaña para interactuar con ella.

1.82%

Delfino CR

Colegio de Psicólogos da recomendaciones para mantener la calma ante situación de COVID-19

<https://delfino.cr/2020/03/colegio-de-psicologos-da-recomendaciones-para-mantener-la-calma-ante-situacion-de-covid-19>

DELFINO

Hoy >

Colegio de Psicólogos da recomendaciones para mantener la calma ante situación de COVID-19

20 Mar, 2020 · 10:57 AM

Foto: Facebook @ColegioProfesionalesPsicologiaCR

Plusvalía
en Azenza

VISITE NUESTRA PÁGINA ESPECIAL
COVID-19 en Costa Rica

El Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica (CPPCR) se unió al llamado oficial de las autoridades competentes en cuanto al acatamiento de las indicaciones a seguir para mitigar el impacto de dicha enfermedad en nuestro país.

Desde el CPPCR hicieron, además, un llamado vehemente a la prudencia, a la precaución, a la racionalidad y, especialmente, a la solidaridad humana y a nuestra capacidad de cuidarnos entre todos; así como a tomar medidas para velar por su salud mental en medio de la emergencia nacional.

Oscar Valverde Cerros, presidente del Colegio señaló:

“Lo primero que hemos de hacer es entender que la incertidumbre o el miedo es una reacción normal y adaptativa ante una situación imprevista, y que tiene utilidad, que es una emoción que nos va a ayudar a poner en marcha planes de



El Mundo CR

Colegio de Psicólogos ofrece consejos para mantener la calma ante pandemia

<https://www.elmundo.cr/costa-rica/colegio-de-psicologos-ofrece-consejos-para-mantener-la-calma-ante-pandemia/>

Teletica

Colegio de Psicólogos brinda siete consejos para disminuir el miedo ante el Covid-19

https://www.teletica.com/254034_colegio-de-psicologos-brinda-siete-consejos-para-disminuir-el-miedo-ante-el-covid-19

teletica.com

NOTICIAS | DEPORTES | ESTILO DE VIDA | ENTRETENIMIENTO | PROGRAMAS

INDIA: UNA HISTORIA DE AMOR 11:00 - 11:20

TELETICA RADIO 00:00 - 00:30

TELENOTICIAS MEXICANA 10:00 - 10:30

DE BOCA EN BOCA 10:00 - 10:30

mimo Tenemos algo que contarte... Muy Pronto

CORONAVIRUS

Colegio de Psicólogos brinda siete consejos para disminuir el miedo ante el Covid-19

"El miedo, aunque no es ningún virus, se contagia con facilidad entre las personas y los colectivos", aseguran los expertos.

Luz Jiménez 21/03/2020 - 12:02

HUAWAI WATCH FIT

El Colegio de Profesionales en Psicología de Costa Rica hace un llamado íntimamente a la prudencia, a la precaución, a la racionalidad y, especialmente, a la solidaridad humana durante esta emergencia nacional por Covid-19.

Hoy vivimos una conmoción y sobresato social, fenómenos comunes debido a la situación mundial.

Además, en ocasiones, aumentan los sentimientos y emociones como el miedo, la angustia, el enojo, la impotencia y la ansiedad, pues estamos atravesando una crisis que coloca de forma visible y directa nuestra vulnerabilidad como seres humanos.

ÚLTIMAS NOTICIAS

- NACIONAL: Habilitan paso por la Ruta 13 horas de cierre
- SUCOSOS: Interior de edad fue asesino una población en el cuello
- NACIONAL: Sindicato denuncia penalización del San Juan de I
- NACIONAL: Cliente de tortugas fue

diez ESPECIAL CORONAVIRUS EN EL DEPORTE

LIGA SALVAVIDA | INTERNACIONALES | ESTADÍSTICAS | LEGIONARIOS | FOTOGALERÍAS | LA SELECCIÓN

Todos

EUROPA LEAGUE	EUROPA LEAGUE	EUROPA LEAGUE	EUROPA LEAGUE
CSKA SOFÍA vs ROMA	YOUNG BOYS vs CFR CLUJ	DUNDALK vs ARSENAL	RAPID VIENNA vs MOLDE
JUE 11:55 PM	JUE 11:55 PM	JUE 11:55 PM	JUE 11:55 PM

Siete consejos que recomiendan especialistas para disminuir el miedo al coronavirus

Psicólogos de Costa Rica recomiendan a la población que eviten hablar permanentemente del tema y tratar de llevar una vida normal.



Los médicos son los que están en primera línea en la lucha por el coronavirus que en Honduras ya cobró la vida de 14 personas en dos semanas. Fotos AFP *

REDACCIÓN

Diez

Siete consejos que recomiendan especialistas para disminuir el miedo al coronavirus

<https://www.diez.hn/coronavirus/1369497-441/siete-consejos-recomiendan-especialistas-para-disminuir-miedo-al-coronavirus>

La Nación

"Junt@s nos podemos cuidar" la iniciativa del Colegio de Profesionales en Psicología ante el covid-19

<https://www.nacion.com/ciencia/salud/junts-nos-podemos-cuidar-la-iniciativa-del/LN-YAGKTP5APZEB3W4PPCYVYHI/story/>

SALUD

'Junt@s nos podemos cuidar', la iniciativa del Colegio de Profesionales en Psicología ante el covid-19

Información en su página web y redes sociales, videos y consejos son parte de estas acciones para cuidar la salud mental de la población

Irene Rodríguez. 7 abril

MEDIDAS PARA LA PREVENCIÓN DEL COVID-19

Reconozca sus **emociones** y **acéptelas**

Comparta su situación con las personas más cercanas para encontrar la ayuda y apoyo que necesita.

COLEGIO DE PROFESIONALES EN PSICOLOGÍA DE COSTA RICA

iJunt@s nos podemos cuidar!



LO MÁS LEIDO

- 1 Intel reabrirá operaciones de ensamble en Costa Rica y contratará a 200 empleados
- 2 (Video) La inesperada frase de Bryan Ruiz en un video de Alajuelense causó impacto en su afición
- 3 Procuraduría: No existe prohibición para producir cannabis con fin medicinal
- 4 Shakira y sus bailecitos seixis traen de vuelta los aeróbicos de Jane Fonda y a los Black Eyed Peas sin Fergie
- 5 Partida de Lala devala choques de inversiones y comercio entre Costa Rica y México

SOLUCIONES PARA PROFESIONALES
LA REPUBLICA.net

Jueves, 10 de diciembre de 2020



INICIO ÚLTIMA HORA PÁGINA 2 NACIONALES ESTILO EJECUTIVO ACCIÓN OPINIÓN VIDEOS MÁS

QUEREMOS VERLE **SONREÍR**

ÚLTIMA HORA

Nuevo sitio web le ofrece recomendaciones para cuidar su salud mental

Ronny Gudino ronnygudino.assessor@larepublica.net | Jueves 09 abril 2020 07:01 am



Imagen con fines ilustrativos. Archivo/La República



Si la pandemia del Coronavirus le genera inconvenientes en su salud mental, nuevo sitio web del Colegio de Psicólogos le ofrece recomendaciones.

A través de juntosnospodemoscuidar.psicologiacr.com, se llevarán a cabo transmisiones en vivo donde profesionales en Psicología explicarán diversas situaciones que puede sentir ante el distanciamiento social.

ÚLTIMA HORA

11:15 China inicia distribución de su vacuna contra el Covid-19 por el orbe

11:05 Franggi Nicolás cuestiona a Carlos Alvarado por insistir en impuestos en acuerdo con FMI

10:57 Nace el primer club social de consumidores de cannabis en Costa Rica

10:45 UCR prestará a la Caja sus equipos de ultrabaja temperatura para almacenar vacunas contra Covid-19

10:25 Costarricense de 18 años es nuevo campeón latinoamericano de fútbol freestyle

COMPRA AHORA > PAGA HASTA FERRERO

La República

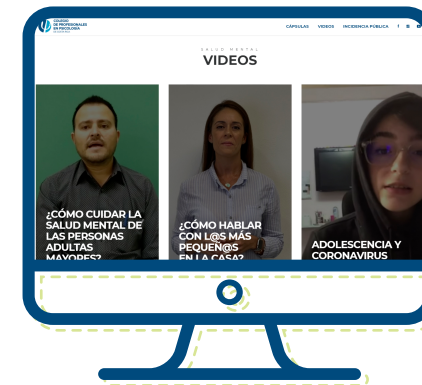
Nuevo sitio web le ofrece recomendaciones para cuidar su salud mental

<https://www.larepublica.net/noticia/nuevo-sitio-web-le-ofrece-recomendaciones-para-cuidar-su-salud-mental>

Sitio Web



El sitio web tuvo un total de **13 429 visitas**
<https://juntosnospodemoscuidar.psicologiacr.com/#capsulas>





Cantidad de reproducciones de **videos de la campaña**

1.346.959



Retribución por **Publicity**

Publicity: monto generado en colones con la publicación de noticias de la campaña en medios de comunicación que no son publicidad paga y que representan el costo real que el Colegio hubiese tenido que invertir para poder aparecer en estos espacios, obtenido gracias a la relación con medios y la calidad del contenido desarrollado.

iJunt@s
nos podemos
cuidar!



₡ **205.750.000**

Monto estimado generado en
publicidad no pagada

II ETAPA

 Del **11 de junio** al **31 de Agosto** 2020

Campaña “**Junt@s nos podemos cuidar**”, en la que fue participada por la Secretaría Técnica de Salud Mental del Ministerio de Salud y el equipo de Seguridad de Facebook e Instagram de la región latinoamericana.

iJunt@s
nos podemos
cuidar!

Esta campaña se desarrolló desde el **11 de junio** y hasta el **31 de agosto** del año 2020, la misma presentó una diversidad de materiales gráficos y audiovisuales, así como entrevistas en medios de comunicación, puede conocer ampliamente esta información en:

SITIO WEB

<https://bit.ly/348ih5Z>



FACEBOOK

<https://bit.ly/3n7aahv>



INSTAGRAM

<https://www.instagram.com/cppcr/>



YOUTUBE

<https://bit.ly/2Zc4oAB/>

Transmisiones en vivo

Cantidad de Transmisiones en vivo mediante Facebook organizadas en conjunto a la Secretaria Técnica de Salud Mental.

Nombre de la Actividad	Fecha	Alcance	Total de reproducciones	Número máximo de espectadores en vivo
Autocuidado y salud mental en tiempos de covid-19	6/16/20	444 907	492 760	88
Convivencia familiar y comunicación no violenta	6/23/20	309 484	327 630	83
Recomendaciones para el cuidado de niños, niñas y adolescentes	6/30/20	374 467	229 028	439
Recomendaciones para el cuidado de personas adultas mayores y sus cuidadores(as)	7/7/20	365 790	297 541	964
TOTAL		1 494 648	1 346 959	1 574

Esta campaña incluyó como mensaje principal dar a conocer el Despacho de **Apoyo Psicológico desarrollado en la línea 13-22** y que fue articulado con la **Secretaria Técnica de Salud Mental y el Sistema de Emergencias 9-1-1**

iJunt@s
nos podemos
cuidar!