INFORME DE DIVULGACIÓN Y FREE PRESS: INSTITUTO NACIONAL PARA CIEGOS, INCI DE OCTUBRE 01 A OCTUBRE 31 DE 2024

I. Métricas mensuales.

Notas de televisión nacional:

1. Octubre 24. RCN TV, Mañana Express. Tema: Vivir con una discapacidad visual. Vocero(a): Juan Esteban Gómez (se entregó la nota).



2. Octubre 10. RTVC Noticias. Tema: Futbol para personas ciegas.



Notas de televisión regional:

3. Octubre 16. Citytv. Tema: Coyuntura del Día del Bastón Blanco Se solicito el video al medio y estamos esperando respuesta).



Notas de prensa (escrita y/o digital) nacional:

4. Octubre 15. El Tiempo. Tema: Luz azul: así puede afectar su salud visual el tipo de pantalla que usa en sus dispositivos. Vocero(a): doctora Miryam Herrera.

https://www.eltiempo.com/salud/luz-azul-asi-le-puede-afectar-a-su-salud-visual-el-tipo-de-pantalla-que-usa-en-la-pantalla-de-sus-dispositivos-3390470



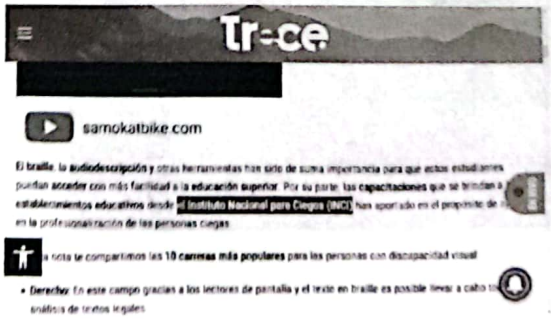
5. Octubre 15. El Espectador. Tema: ¿Cómo ayudar a una persona con bastón blanco en la vía pública?

https://www.elespectador.com/cromos/estilo-de-vida/como-ayudar-a-una-persona-con-baston-blanco-en-la-via-publica-sigue-estos-consejos/



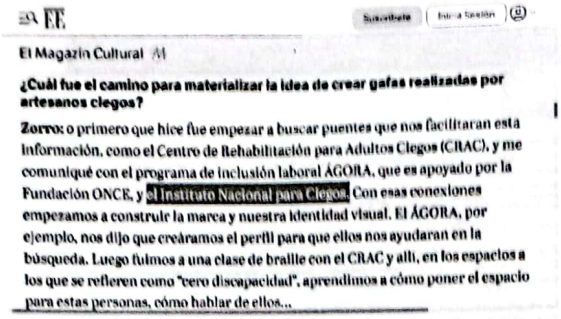
6. Octubre 03. Canal Trece. Tema: Estas son las carreras que más escogen las personas con discapacidad visual en Colombia.

https://canaltrece.com.co/noticias/carreras-mas-escogen-personas-discapacidad-visual-colombia/



7. Octubre 17. El Espectador. Tema: Gafas hechas por artesanos ciegos.

https://www.elespectador.com/el-magazin-cultural/un-chat-con-los-fundadores-de-soul-optic-gafas-hechas-por-artesanos-ciegos/



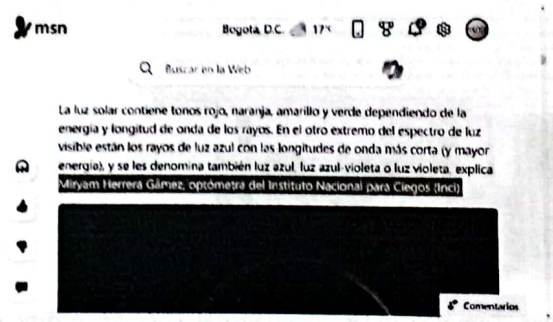
El Magazín Cultural

¿Cuál fue el camino para materializar la idea de crear gafas realizadas por artesanos ciegos?

Zorro: o primero que hice fue empezar a buscar puentes que nos facilitaran esta información, como el Centro de Rehabilitación para Adultos Ciegos (CRAC), y me comuniqué con el programa de inclusión laboral ÁGORA, que es apoyado por la Fundación ONCE, y el Instituto Nacional para Ciegos. Con esas conexiones empezamos a construir la marca y nuestra identidad visual. El ÁGORA, por ejemplo, nos dijo que creáramos el perfil para que ellos nos ayudaran en la búsqueda. Luego fuimos a una clase de braille con el CRAC y allí, en los espacios a los que se refieren como "cero discapacidad", aprendimos a cómo poner el espacio para estas personas, cómo hablar de ellos...

8. Octubre. MSN Noticias. Tema: Luz azul: así puede afectar su salud visual el tipo de pantalla que usa en sus dispositivos. Vocero(a): doctora Miryam Herrera.

https://www.msn.com/es-co/noticias/other/luz-azul-as%C3%AD-puede-afectar-su-salud-visual-el-tipo-de-pantalla-que-usa-en-sus-dispositivos/ar-AA1skwWG?apiversion=v2&noservercache=1&domshim=1&renderwebcomponents=1&wcseo=1&batchservertelemetry=1&noservertelemetry=1



msn Bogotá, D.C.

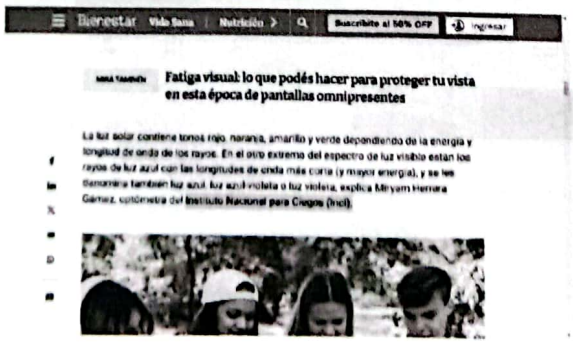
Buscar en la Web

La luz solar contiene tonos rojo, naranja, amarillo y verde dependiendo de la energía y longitud de onda de los rayos. En el otro extremo del espectro de luz visible están los rayos de luz azul con las longitudes de onda más corta (y mayor energía), y se les denomina también luz azul, luz azul-violeta o luz violeta, explica Miryam Herrera Gámez, optómetra del Instituto Nacional para Ciegos (Inci).

Comentarios

9. Octubre 22. El País de Uruguay. Tema: Luz azul: cómo puede afectar a la salud el tipo de pantalla que usamos en nuestros dispositivos. Vocero(a): doctora Miryam Herrera.

https://www.elpais.com.uy/bienestar/vida-sana/luz-azul-como-puede-afectar-a-la-salud-el-tipo-de-pantalla-que-usamos-en-nuestros-dispositivos



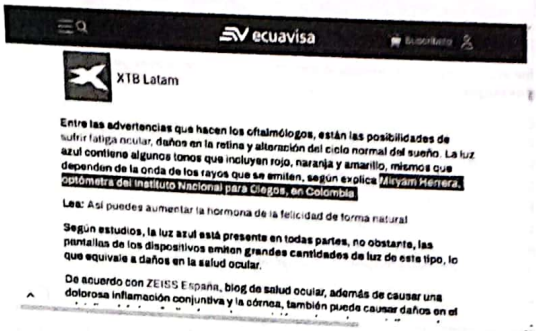
Bienestar Vida Sana Nutrición Suscribite al 50% OFF Ingresar

Fatiga visual: lo que podés hacer para proteger tu vista en esta época de pantallas omnipresentes

La luz solar contiene tonos rojo, naranja, amarillo y verde dependiendo de la energía y longitud de onda de los rayos. En el otro extremo del espectro de luz visible están los rayos de luz azul con las longitudes de onda más corta (y mayor energía), y se les denomina también luz azul, luz azul-violeta o luz violeta, explica Miryam Herrera Gámez, optómetra del Instituto Nacional para Ciegos (Inci).

10. Octubre. Ecuavisa de Ecuador. Tema: ¿Pasas mucho tiempo frente a las pantallas? Descubre cómo la luz azul afecta tus ojos. Vocero(a): doctora Miryam Herrera.

https://www.ecuavisa.com/tendencias/salud/mucho-tiempo-frente-pantallas-descubre-como-luz-azul-afecta-tus-ojos-HI8183900



ecuavisa

XTB Latam

Entre las advertencias que hacen los oftalmólogos, están las posibilidades de sufrir fatiga ocular, daños en la retina y alteración del ciclo normal del sueño. La luz azul contiene algunos tonos que incluyen rojo, naranja y amarillo, mismos que dependen de la onda de los rayos que se emiten, según explica Miryam Herrera, optómetra del Instituto Nacional para Ciegos, en Colombia.

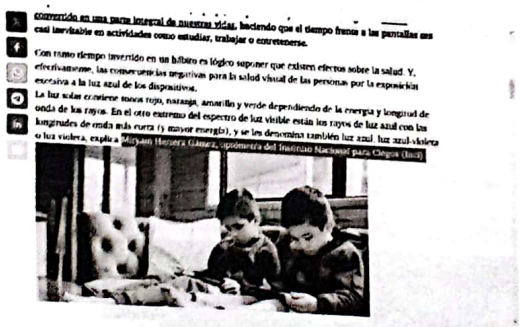
Lea: Así puedes aumentar la hormona de la felicidad de forma natural

Según estudios, la luz azul está presente en todas partes, no obstante, las pantallas de los dispositivos emiten grandes cantidades de luz de este tipo, lo que equivale a daños en la salud ocular.

De acuerdo con ZEISS España, blog de salud ocular, además de causar una dolorosa inflamación conjuntiva y la córnea, también puede causar daños en el

11. Octubre 18. El Nacional de Venezuela. Tema: Luz azul: así puede afectar su salud visual el tipo de pantalla que usa en sus dispositivos. Vocero(a): doctora Miryam Herrera.

https://www.elnacional.com/ciencia/salud/luz-azul-asi-puede-afectar-su-salud-visual-el-tipo-de-pantalla-que-usa-en-sus-dispositivos/



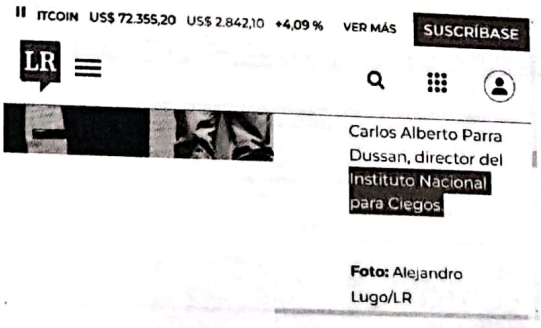
convertido en una parte integral de nuestras vidas, haciendo que el tiempo frente a las pantallas sea casi inevitable en actividades como estudiar, trabajar o entretenerse.

Con tanto tiempo invertido en un hábito es lógico suponer que existen efectos sobre la salud. Y, efectivamente, las consecuencias negativas para la salud visual de las personas por la exposición excesiva a la luz azul de los dispositivos.

La luz solar contiene tonos rojo, naranja, amarillo y verde dependiendo de la energía y longitud de onda de los rayos. En el otro extremo del espectro de luz visible están los rayos de luz azul con las longitudes de onda más corta (y mayor energía), y se les denomina también luz azul-violeta o luz violeta, explica Miryam Herrera Gómez, optómetra del Instituto Nacional para Ciegos (Inci).

12. Octubre 11. La República. Tema: Foro LR "Salud visual y ocular: ¿Cómo impacta la productividad?"

https://www.larepublica.co/ocio/se-realizo-el-foro-lr-salud-visual-y-ocular-como-impacta-la-productividad-3973704



ITCOIN US$ 72.355,20 US$ 2.842,10 +4,09 % VER MÁS SUSCRÍBASE

LR

Carlos Alberto Parra Dussan, director del Instituto Nacional para Ciegos.

Foto: Alejandro Lugo/LR

13. Octubre 08. Zona Captiva. Tema: INCI comparte recomendaciones para cuidar la salud visual en el Día de la Visión.

https://zonacaptiva.com/salud-bienestar/inci-comparte-recomendaciones-para-cuidar-la-salud-visual-en-el-dia-de-la-vision/

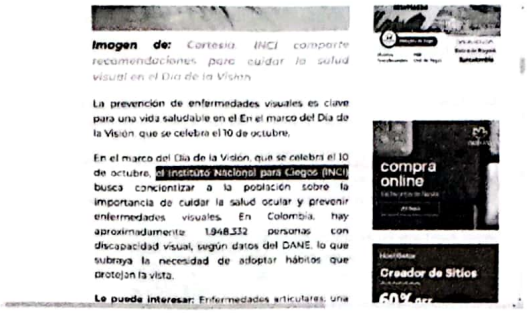


Imagen de: *Cortesía. INCI comparte recomendaciones para cuidar la salud visual en el Día de la Visión*

La prevención de enfermedades visuales es clave para una vida saludable en el En el marco del Día de la Visión, que se celebra el 10 de octubre,

En el marco del Día de la Visión, que se celebra el 10 de octubre, el Instituto Nacional para Ciegos (INCI) busca concientizar a la población sobre la importancia de cuidar la salud ocular y prevenir enfermedades visuales. En Colombia, hay aproximadamente 1.948.332 personas con discapacidad visual, según datos del DANE, lo que subraya la necesidad de adoptar hábitos que protejan la vista.

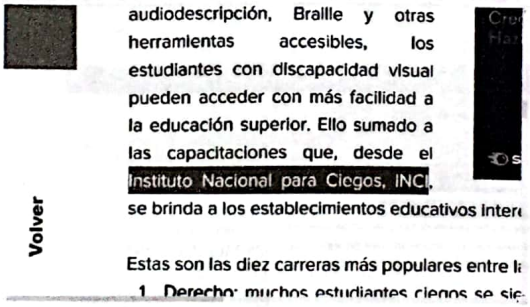
Lo puede interesar: Enfermedades articulares, una

compra online

Creador de Sitios

14. Octubre 04. Radio Digital América. Tema: Las diez profesiones que más eligen las personas ciegas en Colombia.

https://www.radiodigitalamerica.com/post/las-diez-profesiones-que-m%C3%A1s-eligen-las-personas-ciegas-en-colombia



audiodescripción, Braille y otras herramientas accesibles, los estudiantes con discapacidad visual pueden acceder con más facilidad a la educación superior. Ello sumado a las capacitaciones que, desde el Instituto Nacional para Ciegos, INCI, se brinda a los establecimientos educativos inter

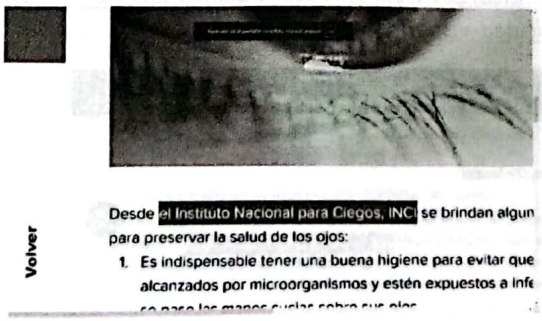
Volver

Estas son las diez carreras más populares entre l

1. **Derecho**: muchos estudiantes ciegos se sie

15. Octubre 09. Radio Digital América. Tema: Día de la Visión, el INCI brinda recomendaciones para cuidar los ojos.

https://www.radiodigitalamerica.com/post/d%C3%ADa-de-la-visi%C3%B3n-el-inci-brinda-recomendaciones-para-cuidar-los-ojos



Desde el Instituto Nacional para Ciegos, INCI se brindan algun

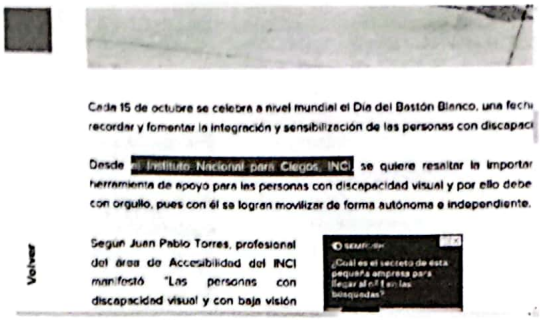
Volver

para preservar la salud de los ojos:

1. Es indispensable tener una buena higiene para evitar que alcanzados por microorganismos y estén expuestos a infe

16. Octubre 15. Radio Digital América. Tema: Día del bastón blanco, símbolo de protección y movilidad para las personas ciegas.

https://www.radiodigitalamerica.com/post/d%C3%ADa-del-bast%C3%B3n-blanco-s%C3%ADmbolo-de-protecci%C3%B3n-y-movilidad-para-las-personas-ciegas


Cada 15 de octubre se celebra a nivel mundial el Día del Bastón Blanco, una fecha recordar y fomentar la integración y sensibilización de las personas con discapaci

Desde el Instituto Nacional para Ciegos, INCI, se quiere resaltar la importar herramienta de apoyo para las personas con discapacidad visual y por ello debe con orgullo, pues con él se logran movilizar de forma autónoma e independiente.

Volver

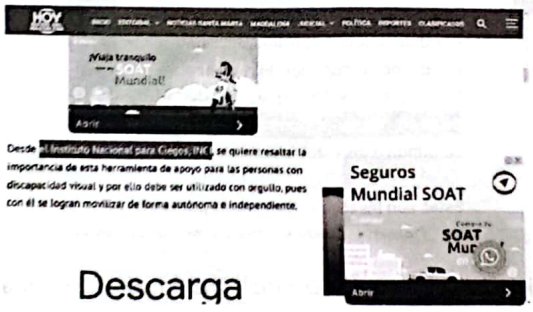
Según Juan Pablo Torres, profesional del área de Accesibilidad del INCI manifestó "Las personas con discapacidad visual y con baja visión

¿Cuál es el secreto de esta pequeña empresa para llegar a más personas?

Notas de prensa (escrita y/o digital) regional:

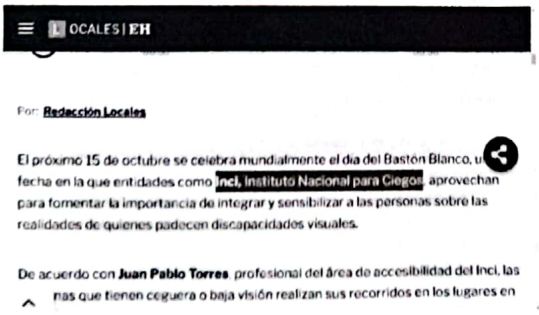
17. Octubre 14. Hoy Diario del Magdalena. Tema: Día del bastón blanco, símbolo de protección.

https://hoydiariodelmagdalena.com.co/archivos/1011138/dia-del-baston-blanco-simbolo-de-proteccion/



18. Octubre 11. El Heraldo. Tema: Bastón blanco, una herramienta fundamental para las personas con discapacidad visual.

https://www.elheraldo.co/atlantico/2024/10/12/baston-blanco-una-herramienta-fundamental-para-las-personas-con-discapacidad-visual/


OCALES | EH

Por: **Redacción Locales**

El próximo 15 de octubre se celebra mundialmente el día del Bastón Blanco, u fecha en la que entidades como **inci, Instituto Nacional para Ciegos** aprovechan para fomentar la importancia de integrar y sensibilizar a las personas sobre las realidades de quienes padecen discapacidades visuales.

De acuerdo con **Juan Pablo Torres**, profesional del área de accesibilidad del Inci, las nas que tienen ceguera o baja visión realizan sus recorridos en los lugares en

19. Octubre 10. Radio Magdalena. Tema: Hoy es el Día de la Visión, el INCI brinda recomendaciones para cuidar los ojos.

https://www.radiomagdalena1420am.com/2024/10/hoy-es-el-dia-de-la-vision-el-inci.html

- *En Colombia hay 1.948.332 personas con discapacidad visual, según el DANE.*
- *Desde el INCI se brindan recomendaciones para preservar la salud de los ojos.*

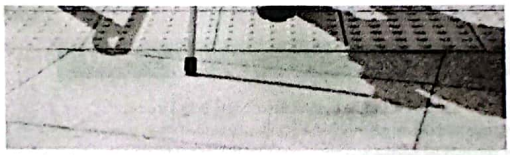
Hoy 10 de octubre en el Día de la Visión el mundo se une para destacar la importancia de asistir a un especialista a tiempo, contar con un diagnóstico adecuado y cuidar de la salud visual recordando que es un compromiso personal.

Desde el Instituto Nacional para Ciegos, INCI se brindan algunas recomendaciones para preservar la salud de los ojos:

1. Es indispensable tener una buena higiene para evitar que los ojos sean alcanzados por microorganismos y estén expuestos a infecciones, por eso no se pase las manos sucias sobre sus ojos.
2. Los remedios caseros como miel o gotas de limón, no son recomendables, pueden obstruir el conducto lagrimal y ocasionar lesiones en la córnea.
3. El consumo de medicamentos no formulados por el especialista, es contraindicado, se corre el riesgo de elevar la presión intraocular.

20. Octubre 15. Radio Magdalena. Tema: Hoy es el día del bastón blanco, símbolo de protección y movilidad para las personas ciegas.

https://www.radiomagdalena1420am.com/2024/10/hoy-es-el-dia-del-baston-blanco-simbolo.html



Desde el Instituto Nacional para Ciegos, INCI, se sigue trabajando por reconocer este elemento como parte de la identidad de más de dos millones de personas que tienen alguna limitación visual. Desde el INCI se hace un llamado a la ciudadanía para que se familiarice con el bastón

21. Octubre 24. Radio Magdalena. Tema: Con maratón de series con audiodescripción, el INCI celebra el Día del Patrimonio Audiovisual.

https://www.radiomagdalena1420am.com/2024/10/con-maraton-de-series-con.html

con audiodescripción, iniciativa que busca resaltar la importancia de la accesibilidad en los contenidos culturales.

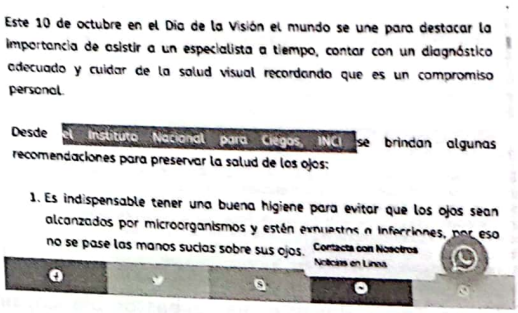
- *Con esta actividad, INCIRadio no solo contribuye a la difusión del patrimonio audiovisual, sino que también reafirma su compromiso con la inclusión y la accesibilidad*

El Instituto Nacional para Ciegos, INCI, se une este 27 de octubre al Día Mundial del Patrimonio Audiovisual con el objetivo de que todos los colombianos reconozcan la importancia de generar contenidos accesibles para las personas ciegas y con baja visión.

Este año la conmemoración se hará con una maratón de series con audiodescripción, iniciativa que busca resaltar la importancia de la accesibilidad en los contenidos culturales y fomentar la inclusión de

22. Octubre 08. Noticias en Línea. Tema: Día de la Visión, el INCI brinda recomendaciones para cuidar los ojos.

https://noticiasenlinea.com.co/dia-de-la-vision-el-inci-brinda-recomendaciones-para-cuidar-los-ojos/



Este 10 de octubre en el Día de la Visión el mundo se une para destacar la importancia de asistir a un especialista a tiempo, contar con un diagnóstico adecuado y cuidar de la salud visual recordando que es un compromiso personal.

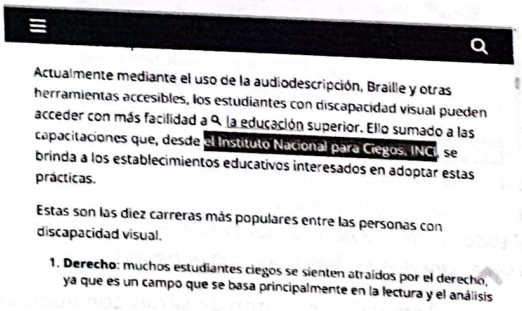
Desde el Instituto Nacional para Ciegos, INCI se brindan algunas recomendaciones para preservar la salud de los ojos:

1. Es indispensable tener una buena higiene para evitar que los ojos sean alcanzados por microorganismos y estén expuestos a infecciones, por eso no se pase las manos sucias sobre sus ojos.

Contacta con Nosotros
Noticias en Línea

23. Octubre 09. Mi Diario. Tema: Las diez profesiones que más eligen las personas ciegas en Colombia.

https://www.midiario.co/2024/10/09/las-diez-profesiones-que-mas-eligen-las-personas-ciegas-en-colombia/



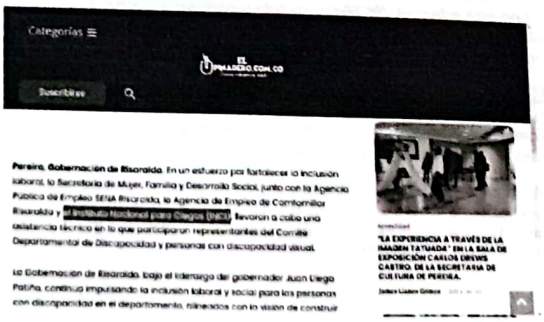
Actualmente mediante el uso de la audiodescripción, Braille y otras herramientas accesibles, los estudiantes con discapacidad visual pueden acceder con más facilidad a la educación superior. Ello sumado a las capacitaciones que, desde el Instituto Nacional para Ciegos, INCI, se brinda a los establecimientos educativos interesados en adoptar estas prácticas.

Estas son las diez carreras más populares entre las personas con discapacidad visual.

1. **Derecho**: muchos estudiantes ciegos se sienten atraídos por el derecho, ya que es un campo que se basa principalmente en la lectura y el análisis

24. Octubre 29. El Opinadero. Tema: Gobernación lidera acciones para promover la inclusión laboral de personas con discapacidad.

https://elopinadero.com.co/gobernacion-lidera-acciones-para-promover-la-inclusion-laboral-de-personas-con-discapacidad/



Categorías

Suscribirse

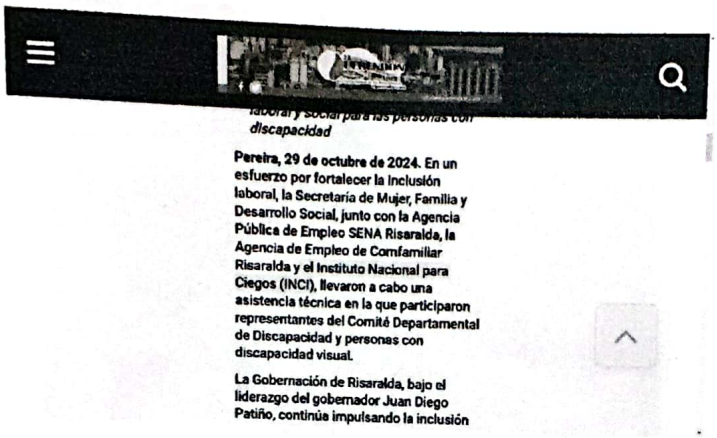
Pereira, Gobernación de Risaralda. En un esfuerzo por fortalecer la inclusión laboral, la Secretaría de Mujer, Familia y Desarrollo Social, junto con la Agencia Pública de Empleo SENA Risaralda, la Agencia de Empleo de Comfamiliar Risaralda y el Instituto Nacional para Ciegos (INCI), llevaron a cabo una asistencia técnica en la que participaron representantes del Comité Departamental de Discapacidad y personas con discapacidad visual.

La Gobernación de Risaralda, bajo el liderazgo del gobernador Juan Diego Patiño, continúa impulsando la inclusión laboral y social para las personas con discapacidad en el departamento, alineados con la visión de construir

"LA EXPERIENCIA A TRAVÉS DE LA IMAGEN TATUADA" EN LA SALA DE EXPOSICIÓN CARLOS DREWS CASTRO, DE LA SECRETARÍA DE CULTURA DE PEREIRA.

25. Octubre 29. El Querendón. Tema: Gobernación lidera acciones para promover la inclusión laboral de personas con discapacidad.

https://elquerendon.com/2024/10/29/gobernacion-lidera-acciones-para-promover-la-inclusion-laboral-de-personas-con-discapacidad/



laboral y social para las personas con discapacidad

Pereira, 29 de octubre de 2024. En un esfuerzo por fortalecer la inclusión laboral, la Secretaría de Mujer, Familia y Desarrollo Social, junto con la Agencia Pública de Empleo SENA Risaralda, la Agencia de Empleo de Comfamiliar Risaralda y el Instituto Nacional para Ciegos (INCI), llevaron a cabo una asistencia técnica en la que participaron representantes del Comité Departamental de Discapacidad y personas con discapacidad visual.

La Gobernación de Risaralda, bajo el liderazgo del gobernador Juan Diego Patiño, continúa impulsando la inclusión

Notas de radio nacional:

26. Octubre 15. RCN Radio, La Tienda ganadora. Tema: Mención del INCI en el Día del Bastón Blanco (Se entrego el audio).

Notas de radio regional:

27. Octubre 24. Radio Magdalena. Tema: Con maratón de series con audiodescripción, el INCI celebra el Día del Patrimonio Audiovisual (se solicitó el audio al medio).

28. Octubre 10. Radio Magdalena. Tema: Hoy es el Día de la Visión, el INCI brinda recomendaciones para cuidar los ojos (se solicitó el audio al medio).

Total, notas: 28

Televisión: 3

- Nacional: 2
- Regional: 1

Prensa: 22

- Nacional: 13
- Regional: 9

Radio: 3

- Nacional: 1
- Regional: 2

II. Otras gestiones:

1. **Seguimiento y participación activa en los live del INCI compartiendo con la comunidad en redes de Martecomunica.**

Atentamente,

Martha cano
Asesora de Free Press del INCI.
Número de celular: (57 -1) 310 8 57 53 04
Tel: 81417 59.