LA VIDA EN ACCIÓN:

Una guía práctica para crear los Diarios de las ENT

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCD Alliance

VISIÓN GENERAL ›

Diarios de las **ENT**

Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

LA VIDA EN ACCIÓN

Una guía práctica para crear los Diarios de las ENT

Visión general

Esta guía práctica tiene como objetivo apoyar a las personas que viven con ENT en la creación de sus Diarios de las ENT, a través de los cuales podrán documentar y compartir sus experiencias cotidianas de vivir con una o más ENT, destacando sus esperanzas, aspiraciones y recomendaciones para un cambio. Utilizando estrategias creativas y a través de formatos visuales, de audio y de texto, los diarios de las ENT sirven como una poderosa herramienta narrativa, desde la comunidad, para crear conciencia y llamar a la acción sobre las ENT. Esta guía práctica proporciona a las y los diaristas la información y las herramientas necesarias para conceptualizar, crear, publicar y promover sus propios diarios de las ENT, utilizando el formato que prefieran.

Agradecimientos

La Alianza de ENT (NCD Alliance) agradece sinceramente al Comité Asesor Mundial de Nuestra Visión, Nuestra Voz (2020-2021) por su orientación en la conceptualización del proyecto de los Diarios de las ENT. Un agradecimiento especial a Christopher Agbega (Ghana), Nupur Lalvani (India), y Diana Gittens (Guyana) por su increíble talento y generosidad en la creación de los ejemplos de Diarios de las ENT para inspirar a las personas que viven con ENT de todo el mundo a crear los suyos propios.

Esta guía práctica fue conceptualizada, gestionada y editada por Manjusha Chatterjee y Cristina Parsons Perez, de la Alianza de ENT. Alexandra Baxter y Gilberto Lontro apoyaron, en tanto consultores, con sus aportes al desarrollo de la guía práctica, y Jennifer Bajdan brindó apoyo en la edición. Jimena Márquez y Mar Nieto se encargaron de la producción editorial y del diseño gráfico.

El proyecto de los Diarios de las ENT, y esta guía práctica son posibles gracias a la asociación de la Alianza de ENT con el fondo Leona M. y Harry B. Helmsley Charitable Trust.

INTRODUCCIÓN ›

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN
El poder de la experiencia de vida
¿De qué trata la iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz?
¿Qué son los Diarios de las ENT?

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT
1 Diario de las ENT visual
2 Diario de las ENT de audio
3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos
Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

SECCIÓN 1
INTRODUCCIÓN

El poder de la experiencia de vida

Para acelerar los avances en la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles (ENT), las personas que viven con ENT deben estar en el centro de la respuesta a las ENT, y sus opiniones y voces deben ser escuchadas.
En los últimos años, se han hecho llamados contundentes para que las personas que viven con ENT participen de forma significativa, especialmente en los procesos de toma de decisiones, en todo el mundo. La Reunión de Alto Nivel de las Naciones Unidas (RAN ONU) de 2018 sobre ENT, así como la RAN ONU de 2019 sobre la Cobertura Sanitaria Universal, respondieron a estos llamados reconociendo la importancia de involucrar a las personas y sus experiencias de vida en la creación de una respuesta verdaderamente 'centrada en las personas'. Las personas que viven con ENT deben recibir apoyo para dar voz a sus necesidades, desafíos y perspectivas, y estar preparadas con las habilidades, las herramientas, y las plataformas clave para compartir su experiencia y conocimientos para impulsar el cambio.
Los Diarios de las ENT, de la iniciativa *Nuestra Visión, Nuestra Voz* brinda una plataforma para que las personas de todo el mundo compartan esas experiencias de vida.

¿De qué trata la iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz?

La iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz de la Alianza de ENT y las personas que viven con ENT, lanzada en 2017, se dedica a promover la participación significativa de las personas que viven con ENT en la respuesta a las ENT, apoyando y permitiendo que las personas compartan sus puntos de vista para tomar medidas e impulsar el cambio.

La iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz busca:

- **Promover los derechos** de las personas que viven con ENT y combatir el estigma y la discriminación;
- **Promover la consulta** de las personas que viven con ENT para construir una base de conocimientos sobre sus desafíos, necesidades y prioridades comunes;
- **Incidir** para poner a las personas en primer lugar en la respuesta a las ENT a nivel mundial, regional y nacional, promoviendo la participación significativa de las personas que viven con ENT en la toma de decisiones y fomentando la Agenda de Incidencia en favor de las personas que vivimos con ENT;
- **Apoyar a las personas que viven con ENT en el desarrollo de las habilidades, el conocimiento y la confianza** necesarios para construir una narrativa pública, e impulsar el cambio;
- **Compartir** los puntos de vista y las voces de las personas que viven con ENT para fortalecer una narrativa pública que ponga a las personas en primer lugar, que desafíe los conceptos erróneos sobre las ENT, elimine el estigma y la discriminación, y exija un cambio sistémico.

Diarios de las ENT

Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

El poder de la experiencia de vida

¿De qué trata la iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz?

¿Qué son los Diarios de las ENT?

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

La iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz tiene como objetivo:

CONSULTAR

Consultar a una amplia gama de personas que viven con ENT para entender los desafíos en común, las recomendaciones y cómo quieren involucrarse en una participación significativa.

INCIDIR

Posicionar y aprovechar la Agenda de Incidencia en favor de las Personas que Vivimos con ENT en los esfuerzos de incidencia a nivel mundial, regional y nacional.

INVOLUCRAR

Asegurar una participación significativa de las personas que viven con ENT en la respuesta, incluso en el proceso de toma de decisiones para que se garanticen resultados que reflejen sus necesidades y puntos de vista.

AMPLIFICAR

Ampliar las voces de las personas que viven con ENT a través de la construcción de una narrativa de la ENT, desafiando conceptos erróneos alrededor de las ENT, y terminando con el estigma y la discriminación.

En 2017, la Agenda de Incidencia en favor de las Personas que Vivimos con ENT, construida gracias a la contribución de casi 2000 personas que viven con ENT, se lanzó con el objetivo de resaltar sus necesidades, prioridades y recomendaciones en común. La Agenda de Incidencia sirve como una brújula para la acción de la comunidad de ENT. **Tiene cuatro pilares:**

Derechos humanos y justicia social

Prevención

Tratamiento, cuidados y apoyo

Participación significativa

Con un enfoque basado en los derechos humanos, apoyar y facilitar que las personas que viven con ENT se expresen es esencial para garantizar que la narrativa de las ENT se replantee para estar centrada en las personas, de manera inclusiva e impactante. Es crucial que las personas que viven con ENT estén equipadas con las habilidades para actuar, que sus opiniones y voces se consideren genuina y estratégicamente para influir en el cambio, y que la respuesta a las ENT ponga a las personas en primer lugar. Desde que se desarrolló la Agenda de Incidencia en favor de las Personas que Vivimos con ENT a nivel mundial, en 2017, las Alianzas de ENT nacionales de Ghana, India, Kenia y México han desarrollado sus propias agendas, adaptadas a las necesidades y desafíos locales.

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN
El poder de la experiencia de vida
¿De qué trata la iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz?
¿Qué son los Diarios de las ENT?

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT
1 Diario de las ENT visual
2 Diario de las ENT de audio
3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4
Recursos
Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

¿Qué son los Diarios de las ENT?

Esta guía práctica está destinada a aquellas personas que viven con ENT que han sido alentadas por la Alianza de ENT para que creen sus propios diarios de las ENT bajo temas específicos. Los diarios de las ENT se publicarán en un micro-sitio web dentro de la plataforma digital de Nuestra Visión, Nuestra Voz. Esta guía está pensada en tanto uno de los muchos recursos que la Alianza de ENT proporcionará a las y los diaristas de las ENT.

Los Diarios de las ENT es un proyecto narrativo multimedia, basado en la comunidad, que muestra las experiencias cotidianas de vivir con una o más ENT, destacando las exigencias de las personas para que se tomen medidas en contra las ENT. Los diarios de las ENT utilizan enfoques inmersivos, ricos en términos tanto de contenidos como visualmente, para compartir experiencias de vida de una manera más impactante. Para contar estas historias, se utilizan los elementos del marco de narrativa pública de Marshall Ganz, es decir, la ***Historia de Uno Mismo (del yo), la Historia de Nosotros, y la Historia de Ahora***[1], que sirven como herramientas que ayudan a las personas a comunicarse como parte de un colectivo más amplio impulsando acciones para las ENT[2].

Los Diarios de las ENT buscan:

- Proporcionar **un repositorio de experiencias de vida documentadas, destacando los desafíos cotidianos, y las realidades individuales de las personas que viven con ENT** en todo el mundo a través de formatos inmersivos e interactivos, y aplicando el marco de una narrativa pública.
- **Contextualizar la Agenda de Incidencia en favor de las personas que vivimos con ENT** (y las agendas de incidencia nacionales cuando estén disponibles), y humanizar los temas de incidencia a través de experiencias de vida de primera mano, y de las realidades locales para llamar a la acción sobre las ENT.
- **Ampliar las voces y las experiencias de vida de las personas que viven con ENT** para construir una narrativa pública que ponga a las personas en primer lugar, y genere conciencia sobre los desafíos experimentados por las personas que viven con ENT.
- **Resaltar las prioridades y las recomendaciones de las personas que viven con ENT** para incidir por una respuesta más sólida a las ENT a nivel mundial, regional y nacional.
- **Apoyar e inspirar a las personas que viven con ENT a que compartan sus historias** para pedir un cambio, y terminar con el estigma, la discriminación, los mitos y las percepciones erróneas.

1 Marshall Ganz define la narrativa pública como una “práctica de liderazgo de traducir valores en acción” que es creada al vincular la propia “historia personal” con la “historia de nosotros” (las experiencias compartidas o los valores motivadores que permitirán la acción colectiva), y la “historia de ahora” (la acción urgente que se está pidiendo).

2 La iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz se basa en este marco de narrativa pública como una forma de vincular la experiencia de vida con esfuerzos de incidencia más amplios.

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

¡Las experiencias de vida tienen el poder de inspirar a otras personas a la acción!

Contar historias con un propósito

Elige un formato para tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

SECCIÓN 2

CREACIÓN de tu Diario de las ENT

Te invitamos a que compartas tu experiencia de vivir con una o más ENT y transmitas tus esperanzas y aspiraciones de cambio. Esta guía práctica ofrece recomendaciones paso a paso para crear tu propio diario de las ENT utilizando el formato que prefieras, y aplicando el marco de narrativa pública como herramienta para explorar tu propia experiencia vivida, y desarrollar un llamado a la acción basado en las áreas temáticas de los Diarios de las ENT.

¡Las experiencias de vida tienen el poder de inspirar a otras personas a la acción!

Los Diarios de las ENT son herramientas poderosas de incidencia. Tu experiencia de vida tiene el poder de inspirar a otras personas a que compartan sus propias historias, lo que genera un fuerte sentido de comunidad y de propósito compartido. **¡Las narrativas pueden crear movimientos y lograr cambios significativos cuando se conciben estratégicamente y se difunden de manera creativa!** Cuando juntamos la “experiencia de contar historias” (o narrativa) y la complementamos con una “estrategia” (es decir, la base de evidencias y el análisis para la incidencia) da como resultado una acción.

Adaptado de las obras de Marshall Ganz, Serena Zhang, and Voop de Vulpillieres, ‘Public Narrative Participant Guide’ (Harvard Kennedy School) https://www.ndi.org/sites/default/files/Public%20Narrative%20Participant%20Guide.pdf [first accessed 13 May 2018]

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

¡Las experiencias de vida tienen el poder de inspirar a otras personas a la acción!

Contar historias con un propósito

Elige un formato para tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Contar historias con un propósito

A través de tu diario de las ENT, te alentamos a contextualizar tus experiencias de vida en el marco de uno o más pilares de la Agenda de Incidencia en favor de las Personas que Vivimos con ENT, y articular tus exigencias para la acción sobre las ENT. Considera cómo tu diario de las ENT puede transmitir una historia convincente sobre tu vida, tu comunidad, y con tus argumentos para exigir una acción urgente. Mientras realizas tu diario de las ENT, piensa en cómo puedes incluir los tres elementos del marco de narrativa pública:

En la propia vida, ¿cuáles fueron los desafíos a los que te has enfrentado al vivir con una o más ENT? ¿Qué decisiones se tomaron para superar esos desafíos, y cuáles fueron las satisfacciones o las frustraciones experimentadas? ¿Cuáles fueron los aprendizajes de estas experiencias y cómo te sientes sobre ellas hoy? ¿Qué te han enseñado sobre ti, tu familia, tu comunidad, y sobre tu sistema de salud?

Aquí, el foco se pone en la acción necesaria para atender los desafíos identificados, y la decisión que tú y tu comunidad están pidiendo a otros que tomen. ¿Qué se puede hacer para impulsar el cambio? ¿Cuál es el impacto positivo que tendría esa acción?

¿Qué otras personas se ven afectadas por problemas similares? ¿De qué comunidad, grupo, organización, movimiento, cultura u otro grupo te consideras parte, o estás conectado? ¿Con quiénes compartes aspectos de tu propia historia personal, un pasado en común, un futuro en común? ¿Cuál es la identidad compartida de la comunidad en tanto un colectivo de personas que viven con ENT?

Adaptado de Marshall Ganz, Universidad de Harvard

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

¡Las experiencias de vida tienen el poder de inspirar a otras personas a la acción!

Contar historias con un propósito

Elige un formato para tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Elige un formato para tu Diario de las ENT

Crear tu propio diario de las ENT es una oportunidad única para reflexionar y representar tu experiencia de vida con una o más ENT utilizando formatos creativos. Esperamos que estos diferentes formatos te ayuden a comunicar tu historia de manera personal y reflexiva a la vez que transmites mensajes de cambio en varios niveles (comunitario, nacional, regional, mundial). Mientras desarrollas el contenido de tu diario de las ENT, te recomendamos consultar con tu alianza nacional o regional de ENT acerca de la situación de la sociedad civil, el panorama de las políticas de ENT, y las campañas de incidencia y las actividades de comunicación locales o regionales. **Esto puede ayudarte a incorporar la perspectiva y la agenda colectiva de las ENT a tu historia individual.**

Tu diario de ENT debe incluir varias entradas que se pueden crear en tres formatos.

Puedes elegir tu formato preferido:

FORMATO VISUAL

en el que **las fotografías** serán las que **darán vida a tu historia**

Hasta **5 fotografías** con pie de foto (**50 palabras** cada uno).

FORMATO DE AUDIO

en el que realizamos cápsulas de audio al estilo de **un podcast para hacer escuchar tu voz**

Hasta **3 grabaciones** (aproximadamente **15 minutos** cada una).

FORMATO DE TEXTO

en el que generamos **artículos breves o entradas tipo blog** para escribir tu historia

Hasta **3 artículos** o entradas de blog (aproximadamente **300-400 palabras** cada uno).

Te recomendamos tener en cuenta los mensajes clave en cada entrada del diario, y también te alentamos a construir una narrativa cohesiva a lo largo de todas las entradas del diario, de modo tal que cada entrada esté relacionada o se base en las demás.

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

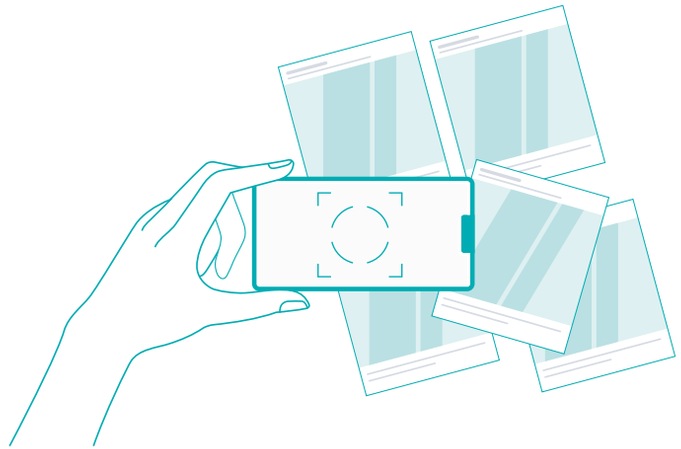
NCDAlliance

VISUAL / FOTOGRAFÍA

¡Tu experiencia desde tu mirada!

El formato visual del diario de las ENT permite que presentes tu perspectiva a través de fotografías. Este formato posibilita que invites al espectador a que comparta el momento que estás viviendo, que se comprometa con él, ofreciendo una poderosa oportunidad para conectarse y comprender tu experiencia. Esta conexión se convierte entonces en una potente herramienta para inspirar cambios.

Con este formato, puedes capturar la experiencia gestionando tu ENT, dentro y fuera del sistema de salud, de tu comunidad, y con tus aspiraciones de cambio. A través de una serie de cinco fotografías, cuéntanos tu historia. Utiliza pies de fotos para ubicar a la audiencia en el momento que estás representando a través de las fotografías. Utiliza el marco de narrativa pública para reflejar tu llamado a la acción para fortalecer la prevención y el control de las ENT.



Diarios de las ENT

Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Para empezar

¿Cuál es tu historia?

Un diario de las ENT visual eficaz contará la historia desde la primera fotografía hasta la última. Antes de comenzar, piensa en lo que quieres decir. Un mensaje bien diseñado crea una conexión emocional con el público, por lo que querrás pensarlo detenidamente. Elige uno de los cuatro temas clave de la agenda de incidencia: Prevención; Tratamiento, cuidados y apoyo; Derechos humanos y justicia social; Participación significativa. Después piensa en incorporar los subtemas adicionales relevantes para tu propia experiencia de vivir con ENT.

Utiliza la primera fotografía para presentar tu historia: ¿qué quieres contarle a tu público? Las siguientes fotografías (de la segunda a la cuarta) se pueden utilizar para desarrollar los detalles de los elementos “yo” y “nosotros” del marco de narrativa pública. ¿Cómo representan las fotografías tu propia experiencia y la de la comunidad a la que pertenece y/ o con la que te identificas? La quinta fotografía se puede utilizar para concluir la historia y presentar un llamado a la acción. ¿Qué es lo que debería cambiar de esta situación en la que tú y tu comunidad se encuentran? ¿Qué otras mejoras se pueden producir gracias a este cambio que pides?

Mientras planificas el principio, la desarrollo y el final de tu diario de las ENT, considera las siguientes preguntas:

- ¿Qué quieres (y necesitas) que transmita cada fotografía?
- ¿Quién o qué aparecerá en ellas?
- ¿Estarás tú en las fotografías? ¿Aparecerá tu familia, amigos o comunidad?
- ¿Dónde tomarás las fotografías?
- ¿Tus fotografías van a documentar algo que está sucediendo en tiempo real? ¿O planeas diseñar previamente tus fotografías?

En este punto, ya tienes definido tu diario de ENT y puedes comenzar a tomar las fotografías.

F1 Utiliza el **Folleto 1** para planificar tu diario de las ENT visual.

F2 Utiliza el **Folleto 2** para seguir una lista de verificación (check list) rápida mientras creas tu diario de las ENT visual.

Diarios de las ENT

Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

¡Luz, cámara y acción!

- **No necesitas una cámara profesional de última tecnología** para producir un ensayo fotográfico atractivo, solo necesitas una narrativa eficaz. La mejor cámara que puedes usar es la que tienes contigo. Si tienes acceso a una cámara digital, te recomendamos que la utilices. Debe tener al menos 10 megapíxeles. Si no tienes acceso a una cámara, los teléfonos celulares actuales generalmente están equipados con cámaras de resolución lo suficientemente alta para crear fotografías de calidad. Si tienes un teléfono de este tipo, es una opción conveniente, portátil y flexible que probablemente siempre tengas a mano. Prestando atención a algunos puntos técnicos que se destacan a continuación, puedes tomar fotografías de alta calidad con el equipo que tengas.

- **Primero, considera la iluminación.** Piensa en la hora del día en que vas a tomar las fotografías. Durante el día, tendrás una visión clara de lo que estás fotografiando y, por lo tanto, puedes capturar lo que ves con mayor facilidad. Por la noche, dependerás de la luz artificial para tomar la fotografía. Si estás en el interior de un lugar, puedes encender todas las luces de la habitación y utilizar lámparas o linternas para iluminar al sujeto. Sin la iluminación adecuada, tus fotografías pueden resultar borrosas o granulosas (sin definición).

- **Luego, piensa en la composición de tu foto.** ¿Qué imagen vas a capturar? ¿Utilizarás una toma de gran angular para mostrar ampliamente la escena, o prefieres los primeros planos de personas o cosas para llamar la atención sobre un detalle o, incluso crear un vínculo de intimidad? Una combinación de estos dos aspectos (escena y retrato) puede proporcionar la variedad necesaria para contar tu historia. ¿Qué punto de vista quieres mostrar? ¿Tomarás las fotos desde qué ángulo: desde abajo, desde arriba o al nivel del tema? Intenta tomar y seleccionar fotografías que utilicen diferentes rangos y ángulos. Esto hará que tu diario de las ENT sea visualmente interesante, incluso si todas las imágenes tienen mensajes o temas similares.

- **Considera el uso de un trípode (o tripié) o soporte para ayudar a estabilizar tu cámara o teléfono cuando tomes las fotografías.** Si no tienes un trípode, piensa en usar un objeto que te ayude a sostener el teléfono o la cámara. Esto reducirá el movimiento de la cámara y lograrás una imagen más definida. Además, de esta forma, puedes usar el temporizador de la cámara si quieres aparecer en la fotografía.

- **Finalmente, ten tu cámara o teléfono contigo siempre que puedas.** Si eliges hacer un ensayo fotográfico de estilo documental con imágenes de eventos en vivo, te ayudará a capturar cada momento relevante. Si eliges el enfoque de un montaje (armar la escena), puedes tomar fotografías de objetos, personas o paisajes que te inspiren.

- **Ten en cuenta que un diario de las ENT visual no tiene que crearse en un día** (aunque ciertamente es posible hacerlo). Los ensayos fotográficos a menudo se producen durante períodos de tiempo más largos, lo que permite reflexionar más sobre la elección y la toma de las mejores fotos para comunicar tus mensajes.

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT
1 Diario de las ENT visual
2 Diario de las ENT de audio
3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos
Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Para finalizar tu Diario de las ENT visual

Organizar tus fotografías

¡Este puede ser el aspecto más creativo de tu diario de las ENT! Es hora de revisar tus fotografías y elegir cuáles incluir en tu ensayo fotográfico. Si completaste **el planificador para tu diario de las ENT** de antemano, debería ser fácil ordenar las fotografías y agruparlas según un principio, un desarrollo y el final. ¿Qué fotografías cuentan mejor tu historia y evocan las emociones que quieres que sienta el espectador?

Editar tus fotografías

¿Vas a editar tus fotografías para ayudar a crear esa emoción que buscas? El uso de fotografías en color facilita que las personas se identifiquen con el tema, ya que así es como vemos el mundo, pero ten en cuenta que el color puede opacar las emociones en tu foto. El uso de fotografías en blanco y negro puede crear una cierta distancia, ya que no es así como vemos las cosas, pero a menudo evacoan más emoción e impacto (por eso se usa a menudo en la fotografía documental). Si deseas editar tus fotografías, la mayoría de los teléfonos celulares actuales tienen una función de edición con la cual puedes aplicar filtros, ajustar el brillo y el contraste, y recortar tus fotos. Te recomendamos que revises las funciones disponibles en tu teléfono, y te tomes un tiempo para experimentar con diferentes opciones.

Pie o leyenda de tus fotografías

¿Cuáles son los mensajes que buscas transmitir con las fotografías de tu diario de las ENT? ¿Qué representan? Piensa en el pie de foto (o la leyenda) que describe cada fotografía, y anota tus mensajes en el **Planificador del Diario de las ENT**. ¿Tus pies de fotos incluyen la información que es relevante para que el espectador comprenda la imagen? ¿Qué sentías cuando tomaste la fotografía? ¿Cómo se relaciona con las otras fotografías? El texto debe tener un máximo de 50 palabras; deja que las fotografías cuenten la historia real.

En todo momento, es importante tener presente el tema o el mensaje de tu diario de las ENT. ¿Cuál de tus fotografías transmite mejor ese mensaje? ¿Qué selección de fotos permite que tu mensaje se desarrolle? Ten en cuenta los siguientes puntos al seleccionar una fotografía en particular:

- ¿Qué ves en la fotografía?
- ¿Qué está pasando realmente aquí? ¿Representa la fotografía algún desafío diario de vivir con ENT?
- ¿Cómo se relaciona con tu vida? (Historia de uno mismo)
- ¿Cómo se relaciona con tu comunidad? (Historia de nosotros)
- ¿Por qué existe esta situación, preocupación o fortaleza?
- ¿Qué se debe hacer para mejorar la situación o mejorar estas fortalezas?
- ¿Cómo podría mejorar tu vida cotidiana (o la de otras personas que enfrentan desafíos similares)? Por ejemplo, mediante: ¿Un cambio en las políticas? ¿Acceso a una atención médica asequible y de calidad

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT
1 Diario de las ENT visual
2 Diario de las ENT de audio
3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos
Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

Publicar tu Diario de las ENT

La Alianza de ENT trabajará contigo para planificar la publicación y el calendario de promoción de tu diario de las ENT visual en el micrositio de los Diarios de las ENT dentro de la plataforma digital de la iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz. También puedes promover tu diario de las ENT a través de tus propias redes sociales o en las plataformas de redes sociales de tu organización o alianza nacional/regional de ENT.

Inspírate

A continuación, compartimos algunos ejemplos de ensayos fotográficos que pueden inspirarte:

Beyond Type 1 — Beyond Type 1 living with photo essay
(Ensayo fotográfico: Más allá de vivir con diabetes Tipo 1)

SUFFERING THE SILENCE — Portraits of Chronic Illness
(Retratos de las enfermedades crónicas)

snap! — Snap! The Breaking Spine living with osteoporosis photo essays
(¡Snap! Ensayos fotográficos de La espalda rota viviendo con osteoporosis)

El Diario de las ENT de **Nupur Lalvani**,
activista india de Nuestra Visión, Nuestra Voz

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Audio/Grabación de podcast

¡Libera el poder de tu voz!

Una cápsula de audio o podcast puede capturar toda la emoción que se transmite en la voz humana. La grabación de un podcast es una forma eficaz de estimular el diálogo y crear un sentido de comunidad en torno a un propósito compartido. Puede servir como una herramienta atractiva y eficaz para crear conciencia sobre las ENT, construir una relación a largo plazo con los oyentes, e inspirar nuevas acciones. Realizar un podcast también es una forma eficaz de perfeccionar tus habilidades para hablar en público.

Para el formato de audio de tu diario de las ENT, sugerimos una serie de hasta tres episodios de podcast que duren alrededor de 15 minutos cada uno, a través de los cuales discutas y reflexiones sobre tus experiencias de vivir con ENT, las interacciones con tu comunidad local y tu llamada a la acción. El estilo del podcast puede ser conversacional, ya sea como una narración en primera persona, o en forma de diálogos con miembros de tu familia, la comunidad local, la alianza regional/nacional de ENT, otras personas que viven con ENT, y activistas de las ENT.

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Pensar tu podcast

Además de compartir tu experiencia personal con las ENT, es importante considerar tu podcast como una herramienta de incidencia. Debes intentar informar a tus oyentes, compartiendo recursos, ideas, historias de éxito o inspiradoras que puedan ser útiles para crear conciencia, crear comunidad, e impulsar la acción. En particular, puede ser útil pensar en distintas formas para involucrar a tus oyentes.

Planificar el podcast

→ Objetivo y temas

Es importante definir el objetivo y la audiencia del podcast y darle un nombre que los refleje. Basado en el tema de la serie Diarios de las ENT debes considerar cómo se relaciona el tema con cualquiera de los cuatro pilares clave de la Agenda de Incidencia (Prevención; Tratamiento, cuidados y apoyo; Derechos humanos y justicia social; Participación significativa). También puedes incorporar subtemas adicionales que sean relevantes para tu propia experiencia de vivir con una o más ENT.

→ Audiencia

Identifica al oyente modelo que te ayude a comprender a tu audiencia y planificar el contenido. A este oyente ¿qué le interesa saber, dentro de tu marco de temas? ¿A qué tipo de mensajes es más probable que reaccione? Esto te puede ayudar a mantener cada episodio del podcast enfocado, encaminado y atractivo.

→ Hazlo atractivo

A continuación, considera cómo le darás a tu audiencia una razón para escucharte. Considera el valor agregado que le ofreces a tu oyente con tu contenido. Lo más importante es desarrollar un breve resumen del episodio de podcast, ya que los oyentes tienden a elegir los nuevos podcasts a través de estos sumarios.

F3 Utiliza el **Folleto 3** para planear tu podcast del Diario de las ENT de audio.

F4 Utiliza el **Folleto 4** para obtener una lista de verificación rápida mientras creas tu podcast del Diario de las ENT de audio.

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Tu contenido

Puedes escribir tantos guiones como desees, aunque leer un documento demasiado detallado puede no parecer muy natural y, por lo tanto, no resultará atractivo. Se recomienda crear viñetas y notas que conduzcan tus ideas. Algunos podcasts tienen muchos guiones y los locutores arman secciones para cada tema. Otros podcast son muy fluidos y se desarrollan compartiendo pensamientos de manera bastante orgánica. Sin embargo, es recomendable tener una apertura y un cierre estructurado, y pensar cuidadosamente cada episodio.

→ Comparte tu historia

Las historias son una forma poderosa de interactuar con tus oyentes. Comparte una experiencia colectiva, así como también tu propia experiencia de vida. Esto ayuda a construir un sentido de comunidad y también de empoderamiento desde una perspectiva de incidencia. Comprender quiénes se ven afectados por un problema y cómo se ven afectados puede ayudar a presentar un argumento sólido, e impulsar acciones.

→ Ayuda a tus oyentes a que pasen a la acción

Como activista que vive con una o más ENT, habla con tu audiencia sobre tus esperanzas y aspiraciones de cambio. También puedes hablar sobre las formas en las que pueden actuar juntos, describiendo campañas exitosas, y actividades de incidencia en las que podrían participar, o que tú o tu alianza nacional/regional de ENT estén planeando. Esto también brinda una oportunidad de compartir tu llamado a la acción, e de invitar a las otras personas a que se unan a tu comunidad o a tu red de trabajo. Puedes concluir cada episodio de podcast con una llamada a la acción, asegúrate de que cada recomendación esté bien vinculada al mensaje general del podcast.

→ Invita a otras personas:

Entrevistar a otras personas con experiencias de vida similares, a miembros de tu comunidad, a proveedores de atención médica, a alianzas nacionales/regionales de ENT, o incluso, a legisladores locales puede crear una experiencia atractiva para el oyente, y también ayudar a comparar y contrastar una variedad de perspectivas para mejorar la prevención y el control de las ENT.

→ Un nombre para tu podcast

Por último, debes darle un nombre a tu podcast del Diario de las ENT. El nombre de tu podcast puede plantear una idea inteligente o inusual, o algo que creas que lo vuelve destacable, o simplemente puedes poner un título descriptivo. Por ejemplo, hay podcasts sobre cómo vivir con una ENT que utilizan un juego de palabras, como “Crónico pero icónico”(‘Chronic But Iconic’), o “No todo se trata de mí (encefalomielitis miálgica)” (‘It’s Not All About ME (Myalgic Encephalomyelitis)’.

Diarios de las ENT

Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Planifica los episodios de tu podcast

Puedes utilizar tu **Planificador del Diario de las ENT** para desarrollar cada episodio de podcast. De esta manera, te aseguras de tener en cuenta los siguientes puntos, entre otros:

Duración del episodio

La duración ideal de un episodio de podcast es entre 15 y 20 minutos, aproximadamente el tiempo que alguien podría dedicar a un viaje corto en transporte público.

Calendario de lanzamiento de episodios

Piensa en un calendario de lanzamiento para cada episodio, lo que dará como resultado un podcasts de tres episodios. Puedes considerar, por ejemplo, un episodio cada semana, o uno por mes.

Títulos de los episodios

Al igual que en el sumario del podcast, los títulos de los episodios deben dar a quien te escucha una idea sobre qué contenido pueden esperar en cada episodio. Esto ayuda a que se interesen en escucharte.

Formato de episodio

Hay varios formatos con los que se puede realizar cada episodio del podcast, pero los formatos más simples para grabar son: solamente con tu voz o monólogo; en formato mesa de debate con otras personas; o utilizando un formato de entrevista.

Grabar tu podcast

La grabación de un podcast no requiere de un equipo especial y se puede hacer con un teléfono celular o una computadora. A continuación, algunos consejos para grabar tus episodios:

Equipo de grabación

Puedes grabar en una computadora con micrófono USB. También, puedes usar un teléfono celular. En los dispositivos Apple, hay una aplicación incorporada para grabar. En dispositivos Android, puedes descargar una aplicación de grabación de voz gratuita. Al grabar, hazlo en una habitación silenciosa donde no haya ninguna interferencia ni ruido del exterior. Una vez que hayas terminado, exporta (guarda) los archivos de audio en un formato como .wav o .mp3.

Hablar por micrófono

Muchas personas se sienten incómodas cuando tienen un micrófono al frente. Una buena forma de superar este sentimiento es imaginar que estás hablando con otra persona, idealmente tu oyente ideal. Si el programa tiene varios coanfitriones, o piensas realizar una entrevista a alguien, asegúrate de que las personas estén bien ubicadas frente al micrófono, o considera usar dos dispositivos de grabación. Ya sea que estés usando un micrófono o un teléfono celular, no sostengas el dispositivo con la mano mientras hablas, ya que esto causará interferencias y hará que el audio no sea claro. Puedes utilizar objetos como una taza o una pila de libros como soporte improvisado.

Invitados o coanfitriones remotos

Si tu invitado o coanfitrión no puede estar físicamente contigo para grabar, tienes que considerar cómo vas a grabar sus comentarios. Tanto Skype como Zoom son herramientas que pueden usarse para grabar tu episodio con otras personas.

Editar y producir el podcast

La Alianza de ENT brinda apoyo a las y los 'diaristas' para editar y finalizar sus grabaciones de podcasts. Sin embargo, si deseas hacerlo tú, puedes usar Audacity (u otro software de edición) para cortar la grabación de audio y eliminar cualquier error, o unir clips, o incluso incluir efectos de sonido o música. Hay sitios web como freesound.org que contienen muchos clips de sonido libres de derechos. Debes confirmar que cualquier audio que uses de fuentes externas no tenga derechos de autor antes de incluirlo en tu podcast.

Publicar tu Diario de las ENT

Una vez que hayas editado cada episodio, la Alianza de ENT trabajará contigo para planificar el calendario de publicación y promoción del podcasts de tu diario de las ENT, publicando cada episodios de podcasts periódicamente en el micrositio de los Diarios de las ENT en la plataforma de la iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz. También puedes promocionar tu diario de las ENT a través de tus propias redes sociales, o considerar promocionarlo a través de las plataformas de redes sociales de tu organización o alianza nacional/regional de ENT.

¿SABÍAS QUÉ...

Una plataforma gratuita popular para publicar podcasts es soundcloud.com. Puedes crear una cuenta de forma gratuita y cargar los episodios de tu podcast (como archivos .mp3) directamente en la plataforma. Siempre es útil incluir una portada, el nombre de podcast y un resumen en el sitio, lo que ayuda a que los podcasts sean más fáciles de encontrar en los motores de búsqueda.

Inspírate

A continuación, se muestran algunos ejemplos de podcasts que podrían inspirarte:

The Chronicles Podcast
(Podcast de las Crónicas)

Chronic But Iconic
(Crónica pero icónica)

It's Not All About ME
(No todo se trata de mí)

MACMILLAN CANCER SUPPORT

Talking Cancer
(Hablar de Cáncer)

El Diario de las ENT de **Christopher Agbega**, activista de Ghana de Nuestra Visión, Nuestra Voz.

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

ENTRADAS ESCRITAS O BLOG

¡El poder de tu bolígrafo!

Un artículo escrito, o un blog, es una forma sencilla de documentar tus experiencias de vida y no requiere ningún equipo especializado. Los blogs son populares entre muchas personas que viven con condiciones a largo plazo como un medio para documentar sus experiencias cotidianas, incidir por mejoras, y construir redes con otras personas que viven con afecciones similares, o las gestionan. También es una forma eficaz de construir una comunidad e involucrar a más personas en tus esfuerzos de incidencia.

El formato de texto del Diario de las ENT puede ser una serie de hasta tres blogs/ entradas escritas a través de las cuales construirás tu narrativa. Te sugerimos adoptar el enfoque de narrativa pública para describir tu experiencia de vivir con una o más ENT, y tus recomendaciones para cambiar y mejorar la respuesta a las ENT.

F5 Utiliza el **Folleto 5** para planificar tu Diario de las ENT escrito.

F6 Utiliza el **Folleto 6** para una rápida revisión (o checklist) mientras creas tu Diario de las ENT escrito.

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT
1 Diario de las ENT visual
2 Diario de las ENT de audio
3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos
Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Pensar tu blog

Es importante decidir lo que quieres decir antes de empezar a escribir. Los objetivos de los Diarios de las ENT son documentar las experiencias de la vida diaria de las personas que viven con ENT, resaltar las prioridades y las recomendaciones de las personas que viven con ENT para una respuesta más sólida a las ENT, y apoyar e inspirar a otras personas que viven con ENT a que compartan sus historias para impulsar un cambio. ¿Cómo puedes lograr estos objetivos? Asegúrate de equilibrar lo emocional con información objetiva y un sentido general de propósito. Es importante que reflejes que es una cuestión personal para ti.

Decidir tu mensaje

- ¿Cuál es la historia que quieres contarle al mundo a través de tu blog? ¿Cuál es el cambio que quieres ver? ¿Qué detalles deseas incluir y cuánto de tu vida personal quieres incluir? Es fundamental que tengas claro tu mensaje. Alinea el enfoque temático de la serie Diarios de ENT de la que forma parte con uno de los cuatro pilares clave de la Agenda de Incidencia (Derechos humanos y justicia social; Tratamiento, cuidados y apoyo; Prevención; Participación Significativa) para incorporarlo a esta historia. También puedes incorporar subtemas adicionales relevantes para tu propia experiencia de vivir con una ENT. Piensa en cómo puedes aplicar el marco de narrativa pública a tu diario de ENT en cada blog o entrada escrita que se centre en un elemento del marco: Historia de uno mismo; Historia de nosotros; e Historia de ahora para que cada entrada dé una sensación de progresión en tu narración. Puedes utilizar el **planificador del Diario de las ENT escrito** para anotar puntos clave para cada entrada.

Escribir tu blog

- **Define (y conoce) a tu audiencia:** el público lector de tu diario de ENT puede estar conformado por otras personas que viven con ENT, por la comunidad mundial de ENT y salud, o los responsables de la formulación de políticas. Piensa en promover tu diario de ENT a nivel nacional/regional/mundial. Antes de comenzar a escribir, debes considerar quiénes son tus lectores, y qué les puede interesar saber. Tu público debe estar vinculado al objetivo, y a los temas que definiste al principio.
- **Tu contexto y opinión son importantes:** tu capacidad para ver el panorama general al contextualizar tu experiencia de vida dentro del panorama de las ENT en tu país o región, y expresar tus opiniones sobre lo que se necesita mejorar puede ser clave para volver interesante tu texto. Piensa en cómo puedes presentar tu punto de vista a través de una serie de entradas escritas.
- **Ponle títulos convincentes:** el título debe permitir que quienes te leen sepan en pocas palabras qué contenido pueden esperar de cada entrada. También debe estar escrito para crear curiosidad, y lograr que quieran seguir leyendo. Puedes considerar algo único y poco convencional, por ejemplo, una anécdota de tu semana, o una referencia a la cultura local o popular.
- **Frecuencia de las entradas:** cada blog o entrada escrita debe tener alrededor de 300-400 palabras de extensión, y publicarse según una frecuencia (semanal, quincenal, mensual), lo que da como resultado un diario de las ENT de tres entradas. Esta frecuencia debe acordarse con la Alianza de ENT.

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Publicar tu Diario de las ENT

Una vez que hayas finalizado cada entrada, incluida una revisión final de gramática y ortografía, la Alianza de ENT trabajará contigo para planificar el calendario de publicación y de promoción de tu Diario de las ENT, y los blogs o entradas escritas se publicarán periódicamente en el micrositio de los Diarios de las ENT en la plataforma digital de Nuestra Visión, Nuestra Voz. Al planificar y programar tus escritos, ten en cuenta cualquier ventana de oportunidad, como un día mundial que sea relevante para tu experiencia (por ejemplo, el Día Mundial de la Salud, el Día Mundial de la Diabetes) o eventos clave de incidencia en los que publicar tu blog puede reforzar el impacto narrativo. También puedes promocionar tu diario de las ENT en tus propias redes sociales, o a través de las plataformas de redes sociales de tu organización o de tu alianza nacional/regional de ENT.

¿SABÍAS QUÉ...

La creación de un blog propio no requiere conocimientos técnicos avanzados. Aunque es posible crear un sitio web propio con un poco de conocimiento de codificación, hay sitios web gratuitos como Blogger y Wordpress que proporcionan el espacio ideal para que organices tu contenido. Además, ambos sitios están disponibles en distintos idiomas, en caso de que prefieras escribir en tu idioma local y no en inglés. Simplemente necesitas configurar una cuenta y publicar tu contenido en el sitio.

Inspírate

A continuación, se muestran algunos ejemplos de blogs que podrían inspirarte:

A Chronic Voice
(Una voz crónica)

Inflamed and Untamed
(Inflamado e indómito)

Chronic Mom
(Mamá crónica)

Diario de las ENT de **Diana Gittens,** activista de Guyana de Nuestra Visión, Nuestra Voz

Diarios de las ENT
Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

Aprovecha al máximo las redes sociales

Piensa en el impacto

Siempre etiqueta y usa palabras claves

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

SECCIÓN 3
PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

La forma en que promocionas tu diario de las ENT es tan importante como la producción del mismo. Si bien la Alianza de ENT trabajará con las y los diaristas para promover cada una de las entradas de la serie de sus diarios, tú puedes pensar en diversas formas para darlo a conocer. **Los Diarios de las ENT buscan amplificar tu voz, pero es a través de una promoción efectiva que puedes asegurarte de que tu mensaje se escuche fuerte y claro.**

Aprovecha al máximo las redes sociales

Primero debes considerar qué plataforma de redes sociales es la más adecuada para promocionar tu diario de las ENT. Las plataformas más utilizadas a nivel mundial son Facebook, Twitter, Instagram y LinkedIn. Instagram se centra principalmente en un contenido visual, mientras que las otras tres se utilizan para compartir contenidos mixtos, incluidos enlaces. Puedes realizar una promoción cruzada de tu diario de las ENT en diferentes plataformas de redes sociales, agregando enlaces a la plataforma original de publicación.

Piensa en el impacto

El formato y el público objetivo de tu diario de las ENT deben determinar qué plataforma eliges y cómo la promocionas. Si has creado un diario visual de ENT, Instagram podría ser la mejor plataforma para compartir fotografías o avances. Si has utilizado el formato escrito, puedes utilizar Facebook, Twitter o LinkedIn. Recuerda que las diferentes plataformas tienen sus propias fortalezas y audiencias particulares. Facebook es especialmente bueno para compartir contenido entre comunidades existentes, por ejemplo, entre tus amigos de Facebook, o en páginas de grupos. Twitter te permite unirte a conversaciones globales fuera de tu propia red; por ejemplo, puedes buscar fácilmente temas o etiquetas (hashtags) relevantes para tu experiencia de vida y compartir tu diario en hilos sobre este tema (lee más sobre etiquetado (tags), identificadores y palabras clave (hashtags) a continuación). LinkedIn se utiliza principalmente en entornos profesionales y podría ser un foro apropiado si buscas dirigirte a públicos o comunidades de una profesión o sector en particular, como ONG, redes de profesionales de la salud, etc. También puedes identificar si hay otras plataformas que son más usadas en tu región o entre los mismos colegas diaristas. Por ejemplo, Tumblr es una plataforma popular entre los blogueros, mientras que Flickr y YouTube pueden ser apropiados para compartir avances de los diarios de ENT visuales.

Diarios de las ENT

Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

Aprovecha al máximo las redes sociales

Piensa en el impacto

Siempre etiqueta y usa palabras claves

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Siempre etiqueta y usa palabras claves (tags y hashtags)

Nunca subestimes **el poder de las palabras clave (hashtags), los identificadores (handles), y las etiquetas (tags)** para que te ayuden a hacer escuchar tu voz y garantizar que tu experiencia y perspectivas sean parte de una conversación global más amplia sobre las ENT. Los hashtags son una palabra o frase precedida por el signo numeral (#) que agrupan todos los mensajes sobre un tema específico. Cuando un hashtag es muy específico, la conversación se puede seguir a nivel mundial haciendo clic en el hashtag, lo que facilita la participación y la difusión del tema.

Tu nombre de perfil o nombre de usuario es lo único que te identifica en cada cuenta de redes sociales. Para que te reconozcan, te recuerden y participen en tu conversación es mejor usar el mismo nombre de usuario en todas las plataformas de redes sociales siempre que sea posible. El nombre de usuario de tu cuenta de redes sociales también es un **identificador** colocando una arroba (@) antes del nombre del perfil. Por lo general, cuando se usa el identificador de un usuario en una publicación en las redes sociales, ese usuario recibirá una notificación, esto se conoce como "**etiquetado o taggeado**". Etiquetar estratégicamente el nombre de otro usuario es una forma increíblemente útil de involucrar y dar a conocer tu mensaje a otras organizaciones, usuarios influyentes y contactos clave. ¡Estableces un compromiso inmediato!

Recuerda que **los Diarios de las ENT son una herramienta de incidencia**. Por lo que puedes considerar etiquetar a los responsables de la formulación de políticas, a figuras públicas, y a personas influyentes utilizando sus identificadores de redes sociales para ganar visibilidad y amplificar tu llamado a la acción. No olvides etiquetar a la Alianza de ENT con nuestro nombre de usuario principal @ncdalliance para que podamos ayudarte a promocionar tu diario de las ENT.

El hashtag principal de la iniciativa Nuestra Visión, Nuestra Voz es **#NCDVoices (#VocesENT).** Usa este hashtag cuando promuevas tu diario de ENT para unirte a las discusiones de las personas que viven con ENT, incluidos tus compañeros diaristas. También puedes agregar otros hashtags relevantes, siempre que sea posible.

Para obtener más consejos sobre el uso de las redes sociales para promocionar tu diario de ENT, puedes consultar la guía de la Alianza de ENT sobre Conceptos básicos de las redes sociales: Una guía sobre el uso de canales digitales para lograr cambios en las ENT.

Utiliza el planificador de redes sociales para organizar los esfuerzos de incidencia para tu Diario de las las ENT (**Folleto 7**)

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

SECCIÓN 4
RECURSOS Y FOLLETOS

Recursos

Programa gratuito para la **edición de archivos** de audio (para descargar)

https://www.audacityteam.org/download/

Plataforma gratuita para **alojar podcasts**

https://soundcloud.com

Servicio gratuito de **transferencia de archivos grandes** (para enviar episodios de podcast y fotografías)

https://wetransfer.com/

Plataforma gratuita para **publicar blogs**

https://en-gb.wordpress.org

https://www.blogger.com

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folletos

Folleto 1
Planificador del Diario de las ENT visual

Descargar plantilla F1

Diarios de las ENT

Planificador del Diario de las ENT visual	Diario de las ENT series	Fecha de publicación	Número de fotografías
	Insertar serie	DD/MM/AAAA	00

Título del Diario de las ENT	Tema de la Agenda de Incidencia
Insertar título	*Insertar tema*
Lo que tu público debe saber después de ver el Diario	**Lo que tu público debe hacer después de ver el Diario (Llamado a la acción)**
Insertar texto	*Insertar texto*

Fotografía	Lista de verificación para la preparación de fotografías
¿Qué quieres decir con esta foto?	*Decide el mensaje de cada fotografía*
	Elige el tema de cada fotografía
¿Quién o quiénes están en ella, dónde fue tomada?	*Elige el tipo de toma de la foto (cercano, lejano)*
	Decide si las fotos serán a color o en blanco y negro
Emociones	*Define fecha y hora para tu sesión de fotos, fíjate si necesitas iluminación extra, como un flash*
	Toma al menos 5 fotos, y elige las 3 mejores. Luego, decide cuál es la que mejor responde a todas las preguntas de este plan
Palabras clave	*Escribe los pide de fotos, y los llamados a la acción*

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 1

Planificador del Diario de las ENT visual

Descargar plantilla F1

Fotografía 1	Lista de verificación para la preparación de fotografías
¿Qué quieres decir con esta foto?	
¿Quién o quiénes están en ella, dónde fue tomada?	
Emociones	
Palabras clave	

Fotografía 2	Lista de verificación para la preparación de fotografías
¿Qué quieres decir con esta foto?	
¿Quién o quiénes están en ella, dónde fue tomada?	
Emociones	
Palabras clave	

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 1

Planificador del Diario de las ENT visual

Descargar plantilla F1

Fotografía 3	**Lista de verificación para la preparación de fotografías**
¿Qué quieres decir con esta foto?	
¿Quién o quiénes están en ella, dónde fue tomada?	
Emociones	
Palabras clave	

Fotografía 4	**Lista de verificación para la preparación de fotografías**
¿Qué quieres decir con esta foto?	
¿Quién o quiénes están en ella, dónde fue tomada?	
Emociones	
Palabras clave	

Folleto 1

Planificador del Diario de las ENT visual

Descargar plantilla F1

Fotografía 5	Lista de verificación para la preparación de fotografías
¿Qué quieres decir con esta foto?	
¿Quién o quiénes están en ella, dónde fue tomada?	
Emociones	
Palabras clave	

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 2

Lista de verificación del Diario de las ENT: Formato visual

Descargar plantilla F2

Preparación

- [ ] ¿Tienes tu cámara o teléfono celular con cámara listo?
- [ ] ¿Has seleccionado qué temas de la Agenda de Incidencia en favor de las personas que vivimos con ENT te gustaría abordar?
  - [ ] Derechos humanos y justicia social
  - [ ] Tratamiento, cuidados y apoyo
  - [ ] Prevención
  - [ ] Participación significativa
- [ ] ¿Has seleccionado el o los lugares para tomar tus fotos?
- [ ] ¿Tienes el consentimiento explícito de las otras personas que aparecen en tus fotografías (si corresponde)?
- [ ] ¿Tienes identificado tu mensaje clave?
- [ ] ¿Completaste el planificador del Diario de las ENT visual?

Realización

- [ ] ¿Has programado tu sesión de fotografía?
- [ ] ¿Has considerado qué tipo de iluminación necesitas para tu sesión de fotos?
- [ ] ¿Tienes pensada la composición de las fotografías?

Edición

- [ ] ¿Has elegido qué fotografías te gustaría incluir en tu diario de las ENT?
- [ ] ¿Has considerado el orden de las fotografías en tu diario?
- [ ] ¿Has pensado en las leyendas o pie de foto reflexionando cómo se relacionan con tu experiencia de vida y con tu comunidad?
- [ ] ¿Has considerado tu mensaje clave y el llamado a la acción?
- [ ] ¿Has considerado el cronograma para la publicación y para la incidencia de tu diario de ENT visual?

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

Folleto 3

Planificador del Diario de las ENT de audio

Descargar plantilla F3

Utiliza una de estas hojas de planificación para cada uno de los episodios del podcast que grabes.

Diarios de las ENT

Planificador del Diario de las ENT de audio	Diario de las ENT series **Insertar serie**	Fecha de publicación **DD/MM/AAAA**	Episodio # **00**
Título del episodio *Insertar título*	Tema de la Agenda de Incidencia *Insertar tema*		
Invitado(s) *(si los hay)*: **00**	**Duración del episodio** *(min)*: **00' 00''**		
Mensaje principal *Insertar mensaje*	Llamado a la acción *Insertar texto*		
Introducción ***¿Cómo ayudarás a tus oyentes a que entiendan los temas tratados?***	**¿Hablarás tú o tendrás invitados?** **Musica de apertura** **Introducción** Transición (música o audio) **Tema 1** Transición verbal al siguiente tema **Tema 2** Transición verbal al siguiente tema **Tema 3** Últimos comentarios y llamado a la acción **Música de cierre**		

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 3
Planificador del Diario de las ENT de audio

Descargar plantilla F3

Tema	Lista de verificación para la realización del podcast
¿Cuáles son los puntos clave de tu tema?	*Título (y lema/subtítulo)*
	Armar el estudio de grabación en una habitación cerrada y tranquila
	Grabar
	Editar
	Revisar el episodio escuchándolo y tomando notas
	Realizar las ediciones finales basadas en los comentarios recibidos
	Publicar la versión final en la plataforma de audio elegida

Tema 1	Lista de verificación para la realización del podcast
¿Cuáles son los puntos clave de tu primer tema?	

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 3
Planificador del Diario de las ENT de audio

Descargar plantilla F3

Tema 2	Lista de verificación para la realización del podcast
¿Cuáles son los puntos clave de tu segundo tema?	

Tema 3	Lista de verificación para la realización del podcast
¿Cuáles son los puntos clave de tu tercer tema?	

Notas

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 4

Lista de verificación del Diario de las ENT: Formato de audio

Descargar plantilla F4

Preparación

- [ ] ¿Tienes listo el equipo de grabación (con micrófono) y el programa de edición de audio?
- [ ] ¿Has seleccionado qué temas de la Agenda de Incidencia en favor de las personas que vivimos con ENT te gustaría abordar?
  - [ ] Derechos humanos y justicia social
  - [ ] Tratamiento, cuidados y apoyo
  - [ ] Prevención
  - [ ] Participación significativa
- [ ] ¿Ya tienes el título de tu diario de las ENT?
- [ ] ¿Has considerado el tema y la frecuencia de cada episodio de podcast de tu diario?
- [ ] ¿Has elegido el formato de los episodios de podcast (por ejemplo, monólogo, mesa de debate, entrevista)?
- [ ] ¿Has decidido cuál será tu llamado a la acción para tu diario de las ENT (es decir, qué le gustaría que su audiencia hiciera después de escuchar el podcast)?
- [ ] ¿Has completado tu planificador para cada episodio del diario?

Realización

- [ ] ¿Tienes un lugar tranquilo donde puedas grabar el episodio de podcast durante un período de tiempo suficiente?
- [ ] ¿Tienes configurado el equipo y el programa de grabación, tienes listo todo lo necesario para entrevistar a tu invitado, en caso que lo tengas? (por ejemplo, una entrevista vía Zoom)
- [ ] ¿Tienes suficiente contenido para completar un podcast de 15 a 20 minutos?

Edición

- [ ] ¿Has editado el audio en un episodio coherente de 15 a 20 minutos sin demasiado silencio?
- [ ] ¿Estás usando efectos de sonido/ clips de audio? ¿Te has asegurado de que estén libres de derechos de autor?
- [ ] ¿Tienes un plan para la publicación y promoción de tu podcast del diario de las ENT?

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

Folleto 5

Planificador del Diario de las ENT escrito

Descargar plantilla F5

Utiliza una de estas hojas de planificación para cada una de las entradas de blog que escribas.

Diarios de las ENT

Planificador del Diario de las ENT escrito	Diario de las ENT series **Insertar tema de la serie**	Fecha de publicación **DD/MM/AAAA**	Entrada # **00**
Título de la entrada *Insertar título*	**Tema de la Agenda de Incidencia** *Insertar tema*		
Mensaje principal *Insertar mensaje*	**Llamada a la acción** *Insertar texto*		
Esquema del blog / entrada escrita *¿Cuál es el flujo lógico de tu blog / entrada escrita?*	**Lista de verificación de progreso** Esquema de blog o entrada Investigación Escribir el blog/entrada Agregar imágenes o gráficos Revisión de gramática y ortografía Revisión y edición de la versión final Publicar la versión final en línea Promocionar las entradas de blogs a través de las redes sociales		

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

Folleto 5
Planificador del Diario de las ENT escrito

Descargar plantilla F5

Puntos clave	Cómo lograr que tu blog se encuentre en buscadores
¿Cuáles son los puntos clave que deseas transmitir a tus lectores?	Palabras clave en el título Al menos 40 caracteres en el título Total de palabras 300-400 Palabras clave en el subtítulo Chequeo de gramática y ortografía Crear pie de fotos o leyendas para los gráficos

Notas

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 6

Lista de verificación del Diario de las ENT: Formato escrito

Descargar plantilla F6

Preparación

- [ ] ¿Tienes algún programa para escribir textos instalado en tu computadora?
- [ ] ¿Has seleccionado qué temas de la Agenda de Incidencia en favor de las personas que vivimos con ENT te gustaría abordar?
  - [ ] Derechos humanos y justicia social
  - [ ] Tratamiento, cuidados y apoyo
  - [ ] Prevención
  - [ ] Participación significativa
- [ ] ¿Has decidido qué aspecto de tu experiencia de vida quieres transmitir con tu diario de las ENT?
- [ ] ¿Has decidido el mensaje clave general de tu diario de ENT?
- [ ] ¿Has considerado la frecuencia de tu blog/ entradas escritas?
- [ ] ¿Has decidido un título para su diario de ENT escrito?
- [ ] ¿Has completado tu planificador para cada entrada del diario?

Realización

- [ ] ¿Has considerado apartar un tiempo específico para dedicarte a escribir?
- [ ] ¿Has considerado la estructura y el mensaje principal de cada entrada de blog?
- [ ] ¿Has considerado un título para cada entrada de tu blog?

Edición y publicación del contenido

- [ ] ¿Revisaste el contenido escrito en cuanto a gramática, ortografía, puntuación y flujo cohesivo?
- [ ] ¿Tienes un plan para la publicación y promoción de las entradas de tu blog del diario de las ENT?

VISIÓN GENERAL

SECCIÓN 1 INTRODUCCIÓN

SECCIÓN 2 CREACIÓN de tu Diario de las ENT

1 Diario de las ENT visual

2 Diario de las ENT de audio

3 Diario de las ENT escrito

SECCIÓN 3 PROMOCIÓN de tu Diario de las ENT

SECCIÓN 4 Recursos

Folletos

F1 F2 F3 F4 F5 F6 F7

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ
Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT

NCDAlliance

Folleto 7

Planificador del Diario de las ENT redes sociales

Descargar plantilla F7

AÑO

MES

OBJETIVOS

1.
2.
3.
4.

IDEAS

1.
2.
3.
4.

Seleccione plataforma

Otra

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra
Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra
Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra
Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra
Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra
Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia	Dia
Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra	Otra

Diarios de las ENT

Documentando las experiencias de personas que viven con ENT

NCD Alliance

Acerca de la Alianza de ENT

La Alianza de ENT (NCD Alliance) es una red única de la sociedad civil, dedicada a mejorar la prevención y el control de las ENT en todo el mundo. Hoy, nuestra red incluye a los miembros de la Alianza Mundial de ENT, a las alianzas nacionales y regionales de ENT, a más de 200 asociaciones miembros de nuestras federaciones fundadoras, asociaciones científicas y profesionales, e instituciones académicas y de investigación.

Junto a sus socios estratégicos, como la OMS, las Naciones Unidas y los gobiernos, la Alianza de ENT se encuentra en una posición única para transformar la lucha mundial contra las ENT a través de sus funciones básicas de incidencia global, rendición de cuentas, desarrollo de capacidades, e intercambio de conocimientos. Para obtener más información, visita www.ncdalliance.org.

NUESTRA VISIÓN, NUESTRA VOZ

Una iniciativa de la Alianza de ENT y personas que viven con ENT