



MINISTERIO DE DEFENSA NACIONAL  
COMANDO GENERAL DE LAS FUERZAS MILITARES  
DIRECCION GENERAL DE SANIDAD MILITAR  
SUBDIRECCION DE SALUD  
GRUPO SALUD PÚBLICA



La seguridad  
es de todos

Mindefensa

Radicado No **55 25 44** / MDN-COGFM-JEMCO-DIGSA-SUBSA-GRUSP-86.13

Bogotá D.C., 20 de Marzo de 2020

Señores

DIRECCIONES DE SANIDAD EJÉRCITO – ARMADA – JEFATURA SALUD FUERZA AÉREA  
Bogotá D.C.

Asunto: Lineamientos para la Detección y Manejo de casos por los Establecimientos de Sanidad Militar, frente a la eventual introducción del nuevo coronavirus – COVID 19 a Colombia.

Respetuosamente, me permito enviar a los Señores Directores Sanidad Ejército - Armada y Jefe Salud Fuerza Aérea, la actualización de los lineamientos emitidos por el Ministerio de Salud y Protección Social y el Instituto Nacional de Salud (INS), de la siguiente manera:

1. Lineamientos para la Detección y Manejo de Casos por los Prestadores de Servicios de Salud, Frente a la Introducción Del SARS-CoV-2 (Covid-19) a Colombia. (Actualización a 19 de marzo).
2. Identificación, Seguimiento Y Obtención De Muestras De Interés Es Salud Pública A Contactos Estrechos De Casos Confirmados COVID-19.
3. Orientaciones de Medidas Preventivas y de Mitigación para Contener la Infección Respiratoria Aguda por Covid-19, Dirigidas a la Población en General y su Entorno

Vale la pena aclarar que este documento podrá ser actualizado teniendo en cuenta las recomendaciones que emita la Organización Mundial de la Salud – OMS, Organización Panamericana de la Salud – OPS, Ministerio de Salud y Protección Social y el Instituto Nacional de Salud. Además, los ESM deberán tener en cuenta las recomendaciones emitidas por cada ente territorial.

Esta Dirección General, a través de SMSM Saida Duran Acosta, resolverá cualquier inquietud adicional, mediante el correo [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co).

Con respeto,

Mayor General JAVIER ALONSO DÍAZ GÓMEZ  
Director General de Sanidad Militar

Elaboró: SMSM. Saida Durán  
Lider Vigilancia epidemiológica

Vo.Bo. Coronel Rocío del Pilar Garzón Ayala  
Subdirectora de Salud (E) - DIGSA

"Un equipo humano al servicio de la salud"

Avenida Calle 26 No 69-76 Centro Empresarial Elemento Torre Tierra Piso 18 PBX. 3238555 Ext 1060-1062  
[www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co](http://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co) – [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co)



## LINEAMIENTOS PARA LA DETECCIÓN Y MANEJO DE CASOS POR LOS PRESTADORES DE SERVICIOS DE SALUD, FRENTE A LA INTRODUCCIÓN DEL SARS-CoV-2 (COVID-19) A COLOMBIA. (Actualización a 19 de marzo)

La actualización del lineamiento va encaminado a orientar a los Establecimientos de Sanidad Militar del país para la detección, atención y manejo de casos sospechosos de infección causada por el SARS-CoV-2, para disminuir el riesgo de transmisión del virus de humano a humano y servir de guía de actuación para el manejo del paciente con enfermedad por el nuevo coronavirus.

Se debe recordar que:

- a. Los Establecimientos de Sanidad Militar, deben activar los planes de emergencia y los planes de contingencia para la prevención, detección, atención, educación y comunicación en salud, por un incremento de casos de IRA, incluyendo inventarios de insumos necesarios para garantizar la adecuada prestación de los servicios a los usuarios.
- b. Deben de monitorear el comportamiento de la Infección Respiratoria Aguda, a través de la información del SIVIGILA.
- c. Capacitación del talento humano necesario para la atención y el direccionamiento de las personas con sintomatología presuntiva de Infección Respiratoria Aguda.
- d. Monitorear y promover la adherencia a los protocolos y guías para la atención de Infección Respiratoria Aguda y documentar, implementar y evaluar acciones de mejoramiento según los hallazgos.
- e. Establecer un procedimiento de aislamiento de acuerdo a las características del Establecimientos de Sanidad Militar, de tal forma que se cumpla con las medidas de aislamiento respiratorio e higiénico-sanitario para reducir el riesgo de transmisión entre personas.
- f. Fortalecer las acciones de limpieza, desinfección y recolección de residuos en las diferentes áreas.

### 1. ACTIVIDADES DE LA ATENCIÓN

#### 1.1. VÍAS DE ACCESO A LA ATENCIÓN

- ✓ Remitido desde los puntos de entrada al país (marítimo, terrestre o aéreo):

De manera inicial se aplicará lo definido en las *"Orientaciones para el tamizaje de viajeros procedentes de zonas con circulación del nuevo coronavirus (COVID-19)"* Posteriormente, la persona ingresará de acuerdo con los procesos de atención definidos por las Direcciones de Sanidad EJC - ARC y Jefatura Salud FAC, siguiendo los procedimientos establecidos para el triage.

- ✓ Servicio de Prioritaria y/o Urgencias:

Realizar la anamnesis de manera que se indague sobre los antecedentes de viaje o tránsito en los últimos 14 días a un país con circulación viral confirmada del nuevo coronavirus SARS-CoV-2. En el caso que la persona cumpla con la definición establecida, el encargado del triage debe alertar frente a la presencia de un posible caso al jefe de urgencias de turno o quien haga sus veces, con el fin que sea realizado el aislamiento por gotas (mascarilla quirúrgica) de forma inmediata.

El manejo inicial dependerá de la clasificación de la gravedad clínica del paciente, por lo que se deben identificar criterios de gravedad como:

"Un equipo humano al servicio de la salud"

Avenida Calle 26 No 69-76 Centro Empresarial Elemento Torre Tierra Piso 18 PBX. 3238555 Ext 1060-1062  
[www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co](http://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co) – [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co)

CRITERIOS DE GRAVEDAD	SINTOMAS	EJEMPLOS
Dificultad respiratoria	Respiratorios	Disnea, expectoración, hemoptisis.
Presencia de neumonía		
Presencia de sepsis		
Presencia de sintomatología gastrointestinal	Gastrointestinales	Vómitos incoercibles, diarrea con deshidratación.
Presencia de signos y síntomas neurológicos	Neurológicos	Confusión, letargia.

- ✓ Consulta externa programada, Administradoras de Riesgos Laborales:

Cuando la persona cumpla con la definición operativa de caso establecida, se realizará aislamiento respectivo y remisión cuando no se cuente con las capacidades requeridas para la atención de estos pacientes.

El aislamiento que se implemente debe tener en cuenta los mecanismos de transmisión de gotas (tapabocas convencional) o por contacto y en caso de procedimientos que generen aerosoles, se deben aplicar las medidas de aislamiento de vía aérea (máscara de alta eficiencia N95).

1.2. NOTIFICACION AL SIVIGILA:

CRITERIOS DE CASO 1:

Basado en la definición nacional para el evento **Infección Respiratoria Aguda Grave Inusitado (Cód. 348)**, se especifica para la vigilancia intensificada la siguiente definición:

- ✓ CASO PROBABLE: paciente con fiebre cuantificada mayor o igual a 38 °C y tos, con cuadro de infección respiratoria aguda grave -IRAG que desarrolla un curso clínico inusual o inesperado, especialmente un deterioro repentino a pesar del tratamiento adecuado, que, Sí requiere hospitalización, IRAG inusitado – Cód. 348 y cumpla con al menos una de las siguientes condiciones:
  - ✓ Historial de viaje a áreas con circulación de casos de enfermedad por nuevo coronavirus 2019 (COVID-19) en los 14 días anteriores al inicio de los síntomas.
  - ✓ Trabajador de la salud u otro personal del ámbito hospitalario que haya tenido contacto estrecho\* con caso confirmado para enfermedad por nuevo coronavirus (COVID-19).
  - ✓ Antecedentes de contacto estrecho\* en los últimos 14 días con un caso confirmado con Infección Respiratoria Aguda Grave asociada al nuevo coronavirus 2019 (COVID-19).

Estos casos deben ser informados de manera INMEDIATA, telefónicamente, a la Secretaria de Salud, DISAN EJC-ARC y JEFSA FAC. Al mismo tiempo se solicita que el caso sea ingresado en el subsistema de información SIVIGILA.

CRITERIOS DE CASO 2:

La siguiente definición de caso es provisional, se utiliza a partir de la fecha de este documento y hasta que el Ministerio de Salud y Protección Social informe circulación estacional del nuevo coronavirus 2019 (COVID-19) en Colombia.

Persona con un cuadro sindrómico de Infección Respiratoria Aguda – IRA - leve o moderada que NO requiere hospitalización, Infección Respiratoria Aguda por virus nuevo – Cód. 346

Persona que cumpla con al menos una de las siguientes condiciones:

- ✓ Historial de viaje a áreas con circulación de casos de enfermedad por nuevo coronavirus 2019 (COVID-19) en los 14 días anteriores al inicio de los síntomas.
- ✓ Trabajador de la salud u otro personal del ámbito hospitalario que haya tenido contacto estrecho\* con un caso confirmado para enfermedad por nuevo coronavirus (COVID-19).
- ✓ Antecedentes de contacto estrecho\* en los últimos 14 días con un caso confirmado con infección respiratoria aguda grave asociada al nuevo coronavirus 2019 (COVID-19).

Y QUE CUMPLA CON al menos uno de los siguientes síntomas:

- ✓ Fiebre cuantificada mayor o igual a 38 °C
- ✓ Tos,
- ✓ Dificultad respiratoria,
- ✓ Odinofagia,
- ✓ Fatiga/adinamia

Estos casos deben ser informados de manera **INMEDIATA**, telefónicamente, a la Secretaria de Salud, DISAN EJC-ARC y JEFSA FAC. Al mismo tiempo se solicita que el caso sea ingresado en el subsistema de información SIVIGILA.

CRITERIOS DE CASO 3:

### Vigilancia intensificada de Infección Respiratoria Aguda Grave

Basado en la definición nacional para el evento Infección Respiratoria Aguda Grave (Cód. 345), se especifica para la vigilancia intensificada la siguiente definición:

- ✓ Persona con infección respiratoria aguda con antecedentes de fiebre y tos no mayor a 10 días de evolución, que requiera manejo intrahospitalario.
- ✓ Como un mecanismo temporal para la detección de posible circulación de COVID -19, las entidades territoriales deben asegurar la recuperación o notificación de los casos de IRAG que sean atendidos en UCI o servicios de hospitalización.
- ✓ Debe hacerse énfasis en la recuperación de las muestras de casos de IRAG en adultos mayores de 60 años o en las personas con comorbilidad o condiciones, tales como: Diabetes, Enfermedad cardiovascular (HTA y ACV), VIH, Cáncer, Uso de corticoides o inmunosupresores, EPOC, Mal nutrición (obesidad y desnutrición), Fumadores.
- ✓ Los casos de esta estrategia deben ser notificados a "IRAG-345".
- ✓ Los casos que tengan antecedente de viaje o contacto con caso confirmado para COVID-19 o exposición ocupacional, corresponde a lo escrito numeral "3. Definiciones operativas de caso (346 y 348)"

CRITERIO DEL CASO 4: MUERTE PROBABLE POR COVID-19

Todas las muertes por infección respiratoria aguda grave con cuadro clínico de etiología desconocida. Los casos de esta estrategia deben ser notificados a "IRAG-348".

"Un equipo humano al servicio de la salud"

Avenida Calle 26 No 69-76 Centro Empresarial Elemento Torre Tierra Piso 18 PBX. 3238555 Ext 1060-1062

[www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co](http://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co) – [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co)

#### CRITERIO CASO 5: CASO ASINTOMÁTICO

Contacto estrecho de caso confirmado COVID-19 que no ha manifestado síntomas en los primeros 7 días posteriores a la última exposición no protegida.

Los casos de esta estrategia deben ser registrados en el formato "Seguimiento a contactos de casos positivos COVID-19". Este formato es anexo a la notificación de los casos 346 y 348.

#### TOMA DE MUESTRA Y ENTREGA DE RESULTADOS:

- ✓ Los Establecimientos de Sanidad Militar, deben garantizar la toma de la muestra y su remisión al Laboratorio de Salud Pública departamental o distrital.
- ✓ Disponer de una línea telefónica de atención a los usuarios exclusiva para COVID-19.
- ✓ El Laboratorio de Salud Pública Departamental o Distrital, debe enviar la muestra al INS o a los laboratorios definidos por la Secretaría de Salud departamental o distrital para esta prueba.
- ✓ La Secretaría de Salud departamental o distrital es la responsable de entregar el resultado de los casos a los Establecimientos de Sanidad Militar.
- ✓ La Secretaría de Salud departamental o distrital debe realizar la toma de muestra a los contactos de caso confirmado mínimo a los 7 días del inicio de la exposición con dicho caso.

#### MEDIDAS GENERALES

De acuerdo con los criterios identificados en la prestación de servicios, se debe proceder de la siguiente manera:

1. Valorar de manera integral al paciente, teniendo en cuenta las medidas de precaución estándar, utilizando los elementos de protección personal - EPP que incluye máscara de alta eficiencia para el personal de salud.
2. Aplicar las medidas de aislamiento al paciente. Tanto aislamiento de contacto como aislamiento por gotas de forma inmediata, ya sea en el área de triage de cada Establecimiento de Sanidad Militar, durante el primer contacto en el servicio de urgencias/ prioritaria o en el proceso establecido para las consultas programadas.
3. Notificar inmediatamente el caso en la ficha epidemiológica completamente diligenciada de acuerdo a los lineamientos del Instituto Nacional de Salud y lo descrito en este documento.
4. Cuando el Establecimiento de Sanidad Militar, no tenga la capacidad para realizar la toma de muestra, aislamiento y hospitalización del paciente, se debe realizar el proceso de referencia a la red externa.
5. Asegurar que durante el traslado del paciente se continúe con el aislamiento (gotas y contacto).
6. Si el Establecimiento de Sanidad Militar, cuenta con las capacidades para el diagnóstico y manejo del paciente, debe tomar la muestra para confirmar o descartar COVID-19, para remitir de forma inmediata al Laboratorio de Salud Pública Departamental o Distrital (junto con la ficha epidemiológica completamente diligenciada).
7. Identificar de manera inmediata la cadena de contactos y brindar las recomendaciones de uso de medidas preventivas para los contactos.
8. El médico que atiende el caso, es quien define su hospitalización o su manejo en el domicilio.
9. Deberá considerarse la internación de las personas con alguna de las siguientes condiciones:

"Un equipo humano al servicio de la salud"

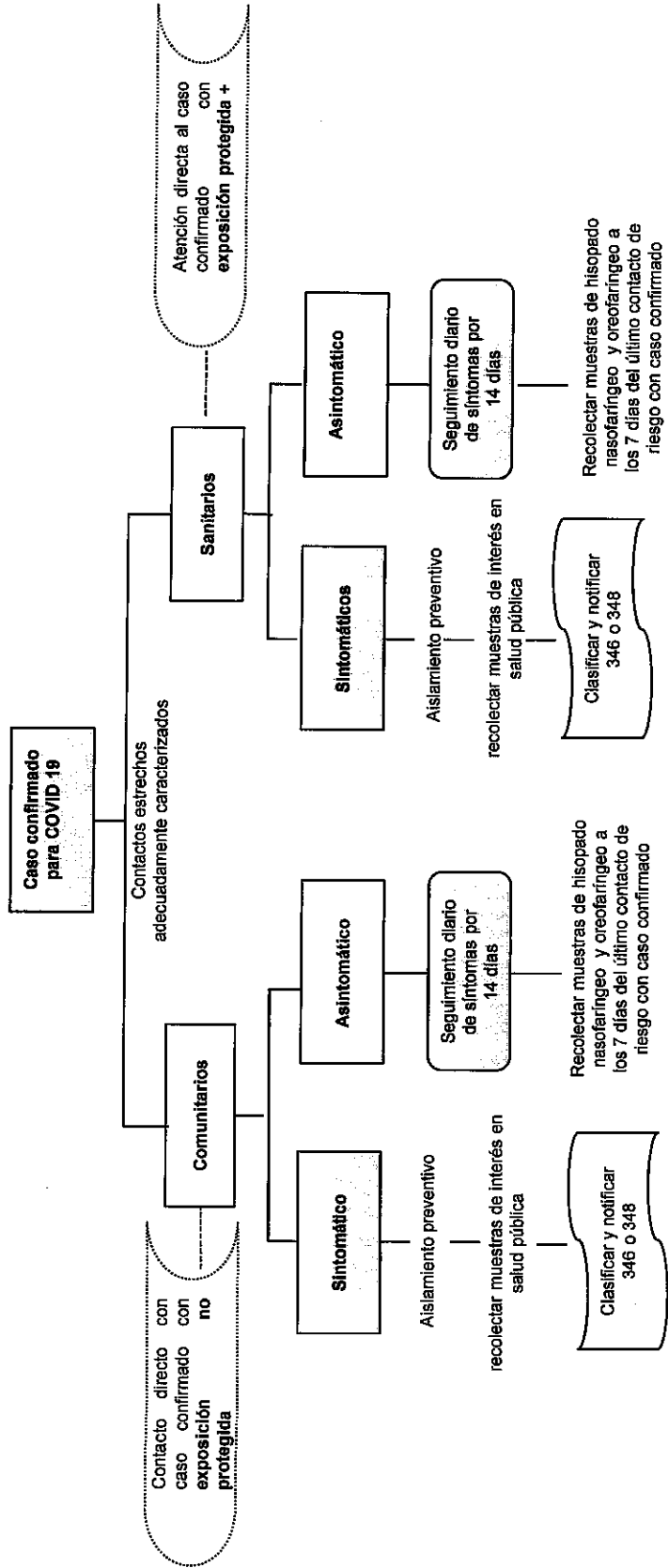
Avenida Calle 26 No 69-76 Centro Empresarial Elemento Torre Tierra Piso 18 PBX. 3238555 Ext 1060-1062  
[www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co](http://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co) – [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co)

- ✓ Cualquier condición social, económica o geográfica que impida realizar el seguimiento o el aislamiento domiciliario de la persona.
  - ✓ El paciente no es lo suficientemente estable como para recibir atención en el hogar.
  - ✓ Los cuidadores no son apropiados y no están disponibles en el hogar.
  - ✓ El paciente y otros miembros del hogar no tienen acceso a equipo de protección personal apropiado y recomendado (como mínimo, guantes y mascarilla) y no son capaces de adherirse a las precauciones recomendadas como parte del cuidado del hogar o aislamiento (por ejemplo, higiene respiratoria y etiqueta de tos, higiene de manos).
  - ✓ Hay miembros del hogar que pueden estar en mayor riesgo de complicaciones de la infección por COVID-19 (Ej.: personas > 60 años, niños pequeños, mujeres embarazadas, personas inmunocomprometidas o que tienen enfermedades crónicas, afecciones cardíacas, pulmonares o renales).
10. Generar el seguimiento epidemiológico diario y hacer la respectiva coordinación con la Entidad Territorial de Salud.





# FLUJOGRAMA: OBTENCIÓN DE MUESTRAS DE INTERES EN SALUD PÚBLICA Y SEGUIMIENTOS A CONTACTOS ESTRECHOS DE CASOS CONFIRMADOS COVID -19



\* Ejemplos de exposición no protegida: exposición a tos de caso confirmado sin protección respiratoria, inadecuada higiene de manos posterior al contacto directo a secreciones respiratorias

+ Ejemplos de exposición no protegida: no utilizar respirador N95 durante la atención de caso confirmado de COVID -19 en procedimientos que generan aerosoles, proporcionó atención clínica o atención al usuario a pacientes confirmados de COVID -19 y no utilizó elementos de protección personal completos y adecuadamente.



## IDENTIFICACIÓN, SEGUIMIENTO Y OBTENCIÓN DE MUESTRAS DE INTERÉS ES SALUD PÚBLICA A CONTACTOS ESTRECHOS DE CASOS CONFIRMADOS COVID-19

El propósito de este lineamiento es el de establecer las pautas para la identificación, seguimiento y obtención de muestras de interés en salud pública a contactos estrechos de casos confirmados de COVID-19 en el Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares - SSFM.

### 1. DEFINICIONES:

#### ✓ CONTACTO ESTRECHO COMUNITARIO:

Cualquier persona, con exposición no protegida, que haya compartido en un espacio menor a dos metros y por más de 15 minutos, con una persona con diagnóstico confirmado de COVID-19 durante su periodo sintomático (esto puede incluir las personas que conviven, trabajan, visitantes a lugar de residencia); también haber estado en contacto sin protección adecuada con secreciones infecciosas (por ejemplo: secreciones o fluidos respiratorios o la manipulación de los pañuelos utilizados).

Tenga en cuenta que NO se considera contacto estrecho las interacciones por corto tiempo, el contacto visual o casual.

En los aviones u otros medios de transporte, se consideran contacto estrecho a la tripulación que tuvo contacto o exposición no protegida con una persona con diagnóstico confirmado de COVID-19 (auxiliares de vuelo) y a los pasajeros situados en un radio de dos asientos alrededor del caso que tuvo contacto o exposición no protegida.

#### CONTACTO ESTRECHO DEL PERSONAL DE LA SALUD

Cualquier trabajador en el ámbito hospitalario o de consulta externa con exposición no protegida:

- ✓ SI: el trabajador de la salud no utilizó respirador N95 durante la atención del caso confirmado de COVID-19 en procedimientos que generan aerosoles (por ejemplo: reanimación cardiopulmonar, intubación, extubación, broncoscopia, endoscopia, terapia con nebulizador, inducción de esputo, procedimientos que estimulan el reflejo de la tos).
- ✓ El trabajador del ámbito hospitalario proporcionó atención clínica (examen físico, obtención de muestras, intubación, aspirado de secreciones, etc.) o atención al usuario (personal administrativo) a pacientes confirmados de COVID-19 y no utilizó los elementos de protección personal completos y adecuadamente.
- ✓ Las exposiciones del personal sanitario también incluyen contacto a menos de dos metros por más de 15 minutos con un caso de COVID-19 o tuvieron contacto en la cara con material potencialmente infeccioso del COVID-19 y no utilizó los elementos de protección personal completos y adecuadamente.

#### AISLAMIENTO PREVENTIVO:

Conjunto de medidas instauradas para disminuir el riesgo de transmisión del evento (COVID-19), a través de la limitación de la exposición de situaciones y áreas en las que se pueda generar

"Un equipo humano al servicio de la salud"

Avenida Calle 26 No 69-76 Centro Empresarial Elemento Torre Tierra Piso 18 PBX. 3238555 Ext 1060-1062

[www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co](http://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co) – [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co)

contacto estrecho (interacción cara a cara a menos de 2 metros por más de 15 minutos) en situaciones o ambientes sociales como: escuelas, universidades, trabajo, transporte público, reuniones sociales, eventos grupales, lugares concurridos, supermercados, visitas en casa, entre otros.

- ✓ El aislamiento preventivo incluye permanecer en el interior de su domicilio, hotel u zona habitual de residencia y evitar completamente el contacto con otras personas por lo menos durante 14 días. procurando no realizar actividades que conlleven contacto estrecho con otras personas

## 2. SEGUIMIENTO DE CONTACTOS ESTRECHOS

- ✓ A partir de la fecha de inicio de síntomas del caso confirmado, identifique las personas que estuvieron en contacto estrecho con éste y clasifíquelas de acuerdo con la exposición contactos comunitarios (convivientes, sociales, trabajo) o sanitarios (trabajador de salud).
- ✓ Registrar los datos verificando la información de ubicación como número telefónico y dirección de permanencia e inicie el seguimiento a partir de la última fecha de contacto de riesgo (exposición no protegida); recomendar las medidas generales para la prevención de las infecciones respiratorias y autoaislamiento preventivo.
- ✓ Indagar sobre la presencia de signos y síntomas, teniendo en cuenta que la fecha de inicio de síntomas sea posterior a la fecha de última exposición no protegida con el caso confirmado, si alguno de los contactos cumple con la definición de caso probable de COVID-19, siga el procedimiento establecido para el evento 346 o 348.
- ✓ Se debe hacer la toma de la muestra, a contactos estrechos con exposición no protegida:

Contactos estrechos sintomáticos	Verificar que el inicio de síntomas es posterior a la última exposición no protegida con el caso confirmado	Clasificar, recolectar muestras de interés es salud pública acorde con las recomendaciones de la Red Nacional de Laboratorios y notificar en el evento correspondiente (346 o 348).
Contactos estrechos asintomáticos	Realizar seguimiento telefónico o virtual diario, por 14 días	Recolectar muestra de hisopado nasofaríngeo y orofaríngeo <u>a los siete (7) días desde la última fecha de exposición no protegida</u> con el caso confirmado.

Los contactos estrechos que presenten síntomas y cumplan con la definición de caso probable de COVID-19, se requiere identificar sus nuevos contactos estrechos e iniciar el seguimiento.

- ✓ A los contactos estrechos asintomáticos con exposición no protegida, se debe realizar seguimiento telefónico diario en búsqueda de signos o síntomas de COVID-19 hasta que se cumplan 14 días, a partir del último contacto de riesgo. Se deben dar recomendaciones de higiene de manos permanentemente, autoaislamiento preventivo y que mantenga una adecuada higiene respiratoria.

- ✓ Si el contacto estrecho presenta signos o síntomas como fiebre, tos, dificultad respiratoria, odinofagia y astenia, debe informar de inmediato al teléfono de la persona que realiza el seguimiento. El Establecimiento de Sanidad Militar, debe coordinar con el ente territorial y no perder la información relacionada con el caso
  - ✓ NO se recomienda: la toma de muestras a contactos estrechos que hayan utilizado adecuadamente los elementos de protección personal.
  - ✓ NO se recomienda: obtener muestras, hacer seguimiento de signos y síntomas o aislamiento preventivo de personas expuestas a contactos estrechos asintomáticos en estudio para COVID-19; "contactos de contactos de casos confirmados de COVID-19".
3. RECOLECCIÓN DE SEGUNDA MUESTRA DE INTERÉS EN SALUD PÚBLICA A CASOS DE IRAG CONFIRMADOS PARA COVID-19:

✓ *Infección Respiratoria Aguda que Requiere Hospitalización:*

Para confirmar la eliminación del virus en los casos confirmados de IRAG por COVID-19, se debe recolectar una segunda muestra de interés en salud pública a los 14 días siguientes a la fecha de inicio de síntomas (*hisopado nasofaríngeo y orofaríngeo, o, aspirado nasofaríngeo, o, lavado bronco alveolar o bronquial*)

✓ *Infección Respiratoria Aguda que NO Requiere Hospitalización:*

1. Para los casos confirmados de *Infección Respiratoria Aguda - IRA* leve que no requieren hospitalización por COVID-19, **NO se requiere** la obtención de segunda muestra de interés en salud pública.



## ORIENTACIONES DE MEDIDAS PREVENTIVAS Y DE MITIGACIÓN PARA CONTENER LA INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA POR COVID-19, DIRIGIDAS A LA POBLACIÓN EN GENERAL Y SU ENTORNO.

Los siguiente lineamentos están encaminados a orientar a la población en general afiliada al Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares – SSFM, para promover el autocuidado, el cuidado del núcleo familiar, en especial personas mayores de 65 años y personas con enfermedades de base, por su condición de vulnerabilidad ante el COVID-19. De igual manera, la información se puede utilizar como tips para publicar a través de diferentes medios.

### 1. ENTORNO HOGAR

- ✓ Todos los miembros de la familia, cuidadores y personal de apoyo doméstico y otros servicios, deben implementar el lavado de manos, en donde el contacto con el jabón debe durar mínimo 20 - 30 segundos, en especial al llegar a la casa, antes de preparar y consumir alimentos y bebidas, antes y después de usar el baño, cuando las manos están contaminadas por secreción respiratoria, después de toser o estornudar, después del cambio de pañales de niños, niñas y adultos que lo usan por condición de salud.
- ✓ Al toser o estornudar, cubrir nariz y boca con el antebrazo o usar un pañuelo desechable e inmediatamente lavarse las manos.
- ✓ No consumir tabaco al interior de la vivienda.
- ✓ Incrementar actividades de limpieza y desinfección de paredes, pisos, techos y superficies, lo que permite la prevención y mitigación de factores de riesgo biológico (hongos, bacterias, virus, ácaros).
- ✓ Mantener la ventilación e iluminación natural de la vivienda.
- ✓ De manera conjunta con los miembros de la familia, buscar actividades manuales, pasatiempos y actividad física que puedan realizar en casa, mantener una rutina diaria.
- ✓ En caso que un miembro de la familia presente síntomas de COVID-19, notifique a su Establecimiento de Sanidad Militar de Adscripción o al más cercano.

### 2. AGUA PARA CONSUMO HUMANO

- ✓ Use agua potable para beber, preparar alimentos, lavar frutas y verduras, y lavado de manos.
- ✓ Si el agua no es tratada, déjela en el fogón durante 3 minutos aproximadamente luego de que hierva (presencia de burbujas), déjela enfriar, después guárdela en un recipiente limpio y con tapa.
- ✓ Si pasamos el agua hervida a otras vasijas, hagámoslo directamente desde el recipiente donde la hervimos, sin introducir ningún utensilio, para evitar contaminarla.
- ✓ El agua tratada no la hierba, pues le hará perder la protección del cloro y perderá el proceso de potabilización.
- ✓ Los tanques o canecas para almacenamiento de agua para consumo humano se deben limpiar y desinfectar periódicamente para garantizar que el agua no se contamine y mantener cubierto el recipiente, evitando el contacto con el piso, alejado de la basura y de los animales.

### 3. LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EN LA VIVIENDA

- ✓ Lavar y desinfectar en forma regular pisos, paredes, puertas y ventanas, e incrementar estas actividades en las superficies de los closets, roperos, armarios, barandas, pasamanos, picaportes, interruptores de luz, puertas, gavetas, topes de puertas, muebles, juguetes,

"Un equipo humano al servicio de la salud"

Avenida Calle 26 No 69-76 Centro Empresarial Elemento Torre Tierra Piso 18 PBX. 3238555 Ext 1060-1062  
www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co – [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co)

bicicletas, y todos aquellos elementos con los cuales las personas de la familia tienen contacto constante y directo.

- ✓ La limpieza y desinfección debe realizarse procurando seguir los pasos: retiro de polvo, lavado con agua y jabón, enjuague con agua limpia y desinfección con productos de uso doméstico.
- ✓ Al desinfectar las áreas de la vivienda tener en cuenta:
  - a. Leer y seguir las instrucciones de dilución que se encuentra en la etiqueta del producto y el uso de elementos de protección personal, mantener siempre estas sustancias fuera del alcance de los niños.
  - b. Evitar realizar las diluciones en envases que hayan contenido bebidas o alimentos. Consérvelos siempre en su envase original.
  - c. No comer, beber ni fumar durante su manipulación y aplicación.
- ✓ Limpiar y desinfectar todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda o que es de manipulación diaria, como: computadores, mouse, teclados, celulares, teléfonos fijos, control remoto, otros equipos electrónicos de uso frecuente, que se limpian empleando un paño limpio impregnado de alcohol o con agua y jabón, teniendo precaución para no averiarlos.
- ✓ Lavar con regularidad fundas, sábanas, toallas, etc.
- ✓ No sacudir las prendas de ropa antes de lavarlas para minimizar el riesgo de dispersión de virus a través del aire. Dejar que se sequen completamente.

#### 4. LIMPIEZA DEL BAÑO

- ✓ Realizar limpieza y desinfección de todas las áreas e implementos que se encuentran en el baño.
- ✓ Cambiar y lavar con regularidad las toallas de mano, siendo preferible el empleo de toallas de papel.
- ✓ Guardar los cepillos de dientes y separarlos unos de otros.

#### 5. LIMPIEZA DE LA COCINA

- ✓ Realizar limpieza y desinfección de todas las áreas e implementos que se encuentran en ella. • Cambiar o lavar con regularidad las esponjas para lavar platos, preferiblemente con agua caliente o desinfectante.
- ✓ Los adultos mayores que tengan una enfermedad de base diferente al COVID-19, no compartir vasos, platos, utensilios, alimentos o bebidas.

#### 6. MANEJO DE MASCOTAS

- ✓ Si una persona de su núcleo cercano presenta síntomas de COVID-19, debe aislarse de su perro y gato; es prudente limitar el contacto entre personas enfermas y animales, hasta que se conozca más sobre la epidemiología del virus.
- ✓ Si algún miembro de la familia presenta cuadro respiratorio, evite acariciar a los animales, besarlos, abrazarlos, dormir con ellos y tener contacto con sus secreciones.
- ✓ Evite ser lamido por su perro y gato.
- ✓ Lávese bien las manos con agua y jabón antes y después de alimentarlo.

#### 7. MEDIDAS DE PREVENCIÓN AL SALIR DE LA VIVIENDA.

- ✓ Si sale en carro particular limpiar las manillas de las puertas, el volante o timón con alcohol o pañitos desinfectantes.
- ✓ No saludar con besos ni abrazos ni dar la mano.
- ✓ Estar atento a las indicaciones de la autoridad local sobre restricciones dadas a movilidad y acceso a lugares públicos, como centros comerciales, clínicas, hoteles, restaurantes. Visitar solamente aquellos lugares estrictamente necesarios y evitar conglomeraciones de personas.

"Un equipo humano al servicio de la salud"

Avenida Calle 26 No 69-76 Centro Empresarial Elemento Torre Tierra Piso 18 PBX. 3238555 Ext 1060-1062

[www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co](http://www.sanidadfuerzasmilitares.mil.co) – [saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co](mailto:saida.duran@sanidadfuerzasmilitares.mil.co)



- ✓ Asignar un adulto para hacer las compras.
  - ✓ Restringir las visitas a familiares y amigos si alguno presenta cuadro respiratorio.
8. MEDIDAS DE PREVENCIÓN AL REGRESAR A LA VIVIENDA
- ✓ Cuando ingrese a la vivienda quítese los zapatos y lave la suela con agua y jabón.
  - ✓ Antes de tener contacto con los miembros de su familia, cámbiese de ropa, y evite saludos con beso, abrazo y darles la mano.
  - ✓ Mantener separada la ropa de trabajo de las prendas personales.
  - ✓ Bañarse con abundante agua y jabón.
  - ✓ Lavado de manos de acuerdo a los protocolos.
  - ✓ Desinfecte los elementos que han sido manipulados al exterior de la vivienda.
  - ✓ Si lleva alguna compra, desinfecte el empaque y colóquela en una superficie limpia.
  - ✓ Colocar los productos en la nevera o despensa después de ser lavados o desinfectados.
9. MEDIDAS PARA USUARIOS DE VEHÍCULO PARTICULAR, MOTOCICLETAS Y BICICLETAS
- ✓ Desinfecte con regularidad superficies con las que tiene contacto frecuente como son las manijas de las puertas, volante, palanca de cambios, hebillas del cinturón de seguridad, radio, comandos del vehículo, etc.
  - ✓ En la medida de lo posible mantenga ventilado el vehículo.
  - ✓ Al subirse al vehículo abra las puertas y permita que se ventile durante un par de minutos antes de subirse a él.
  - ✓ En la medida de lo posible mantenga la distancia mínima recomendada (por ejemplo, el pasajero puede ir en la parte de atrás)
  - ✓ Para motocicletas y bicicletas desinfecte con regularidad el manubrio de las mismas.
  - ✓ Desinfectar los elementos de seguridad, como cascos, guantes, gafas, rodilleras, entre otros.
10. PROPIEDAD HORIZONTAL (Viviendas dentro o fuera de unidades militares)
- ✓ Las personas que viven en edificios, multifamiliares y conjuntos residenciales deben tener en cuenta las siguientes recomendaciones:
  - ✓ La administración y el concejo de administración debe reunirse con la empresa de seguridad, personal de servicios generales y proveedores para informar qué es el COVID-19, y porque se deben tomar medidas de limpieza y desinfección de las áreas comunes.
  - ✓ Aumentar la frecuencia de limpieza y desinfección de pisos, ascensores y botones de control, pasamanos de escaleras, manijas, cerraduras de puertas, timbres, citófonos, rejas y entradas principales peatonales.
  - ✓ En las carteleras informar sobre las medidas de prevención y mitigación del COVID-19.
  - ✓ Los niños deben mantenerse en lo posible dentro de la vivienda y en caso de uso de las áreas comunes garantizar la disponibilidad de gel antibacterial.
  - ✓ Evitar reuniones o eventos sociales (restringir uso de salones sociales y comunales).
  - ✓ Restringir el acceso a la propiedad horizontal de domicilios, preferiblemente designar un adulto que los reciba en portería.
  - ✓ En caso de que un residente presente síntomas de COVID-19, notifique a los teléfonos establecidos por la autoridad de salud de su municipio.
  - ✓ Establecer protocolos de información ante cualquier sospecha de un evento por COVID-19, y de limpieza y desinfección del recorrido realizado por el enfermo de COVID-19. Busque orientación con el personal de salud del Establecimiento de Sanidad Militar.

- ✓ Vigilantes, personal de servicios generales y proveedores de la propiedad horizontal deben utilizar los elementos de protección personal como tapabocas o máscaras, siempre que el desarrollo de sus actividades implique contacto a menos de un metro de las personas.
- ✓ Capacitar al comité operativo de emergencia en la prevención y mitigación de COVID-19.
- ✓ Restringir las labores de mantenimiento al interior de las viviendas con personal externo.