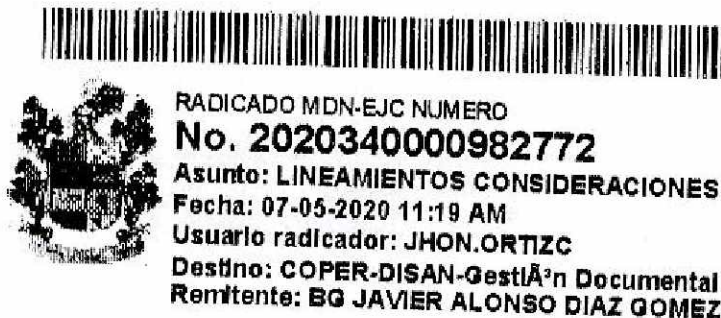




MINISTERIO DE DEFENSA NACIONAL
COMANDO GENERAL DE LAS FUERZAS MILITARES
DIRECCION GENERAL DE SANIDAD MILITAR
SUBDIRECCION DE SALUD
GRUPO GESTION EN SALUD



Radicado No 6949 / MDN-COGFM-JEMCO-DIGSA-SUBSA-GRUGS-86.13

Bogotá D.C., 05 de mayo de 2020

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

Asunto: Lineamiento consideraciones relacionadas con el distanciamiento físico como mecanismo para disminuir el riesgo de contagio por SARS-CoV-2 para el SSFM – Trabajadores de la Salud

Respetuosamente, me permito enviar a los Señores Directores de Sanidad Ejército - Armada y Jefe Salud Fuerza Aérea, consideraciones relacionadas con el distanciamiento físico como mecanismo para disminuir el riesgo de contagio por SARS-CoV-2 para el SSFM – Trabajadores de la Salud.

1. PROPÓSITO

Comunicar a las Direcciones de Sanidad Ejército Nacional –EJC-, Armada Nacional –ARC-, Jefatura de Salud Fuerza Aérea –FAC- sobre las consideraciones relacionadas con el distanciamiento físico como mecanismo para disminuir el riesgo de contagio por SARS-CoV-2 para el personal que labora en el SSFM.

2. LINEAMIENTOS GENERALES¹

Una de las poblaciones más vulnerables frente a la pandemia del SARS-CoV-2 en Colombia son los trabajadores de la salud: médicos, enfermeras, auxiliares de enfermería, personal de apoyo, de aseo, secretarías, personal administrativo y vigilantes de los ESM, debido al alto nivel de exposición en el que se encuentran y al alto grado de contagio que posee el virus.

Por eso, es de vital importancia garantizar los insumos necesarios de bioseguridad para una atención segura a los pacientes y la protección de la salud de los funcionarios y sus familias, así como fortalecer las medidas relacionadas con distanciamiento social.

¹ Consideraciones relacionadas con el distanciamiento físico como mecanismo para disminuir el riesgo de contagio por SARS-CoV-2/COVID-19; Asociación Colombiana de Infectología; Capítulo Central.



El distanciamiento físico se entiende como el conjunto de medidas para minimizar el contacto físico entre personas y de esta manera disminuir el riesgo de contagio por SARS-CoV-2/COVID-19.

Las medidas de distanciamiento físico se deben implementar a diferentes niveles:

1. A nivel asistencial, disminuyendo la probabilidad de contagios a partir de pacientes (precauciones de aislamiento)
2. A nivel asistencial, entre trabajadores de salud, disminuyendo el riesgo de contagio de funcionarios que hayan contraído SARS-CoV-2/COVID-19, ya sean asistenciales o administrativos.
3. A nivel de la comunidad, disminuyendo el riesgo de contagio a partir de quienes siendo sintomáticos o asintomáticos hayan contraído SARS-CoV-2/COVID-19.

Las recomendaciones para cumplir con el distanciamiento físico en cada nivel, son:

1. A nivel institucional:

Se debe dar estricto cumplimiento a las normas de bioseguridad² y el principio de "todos los pacientes y sus fluidos corporales independientemente del diagnóstico de ingreso o motivo por el cual haya entrado al hospital o clínica, deberán ser considerados como potencialmente infectantes y se debe tomar las precauciones necesarias para prevenir que ocurra transmisión".

Para efectos de atención de los pacientes que asisten a los Establecimientos de Sanidad Militar se debe asumir que son potencial fuente de contagio, de igual manera el personal administrativo y asistencial. Por lo tanto, deben aplicarse de manera rigurosa las medidas de distanciamiento físico así:

- a. Evite en lo posible usar el transporte público y compartir el vehículo para desplazarse a su lugar de trabajo.
- b. Si debe utilizar medios de transporte público, manténgase todo el tiempo que sea posible a más de 2 metros de otras personas, porte tapabocas, recuerde no tocar ojos, nariz o boca y procure portar alcohol en gel, para higienizar sus manos después de tocar superficies. Al llegar a su sitio de trabajo o su hogar, lave sus manos con agua y jabón.
- c. Sea participe de todas las estrategias educativas para disminuir su propio riesgo de contagiarse.
- d. Cumpla con el uso de elementos de protección personal, de acuerdo a los protocolos emitidos previamente por la Dirección General de Sanidad Militar aplicables al Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares.

² Manual de Conductas Básicas en Bioseguridad manejo integral MSPS 1997



- e. Siga rápidamente los procedimientos establecidos de notificación de casos sospechosos y confirmados.
- f. Es de suma importancia que se haga automonitoría de signos clínicos de enfermedad por SARS-CoV-2/COVID-19, y ante la presencia de alguno de ellos, informe de inmediato a sus jefes y encargados de la oficina de Salud y seguridad en el trabajo para que se ponga en práctica las medidas de aislamiento, diagnóstico y manejo, según corresponda.
- g. Recuerde usar todo el tiempo durante la jornada de trabajo mascarilla quirúrgica. Excepto durante la realización de procedimientos potencialmente generadores de aerosoles, para los cuales requerirá respirador N95. Una vez se ponga la mascarilla, no la manipule ni la use inapropiadamente. En lo posible solo debería volverla a tocar cuando requiere eliminarla definitivamente o cambiarla por otra e inmediatamente debe higienizar sus manos. La mascarilla quirúrgica para el trabajador de la salud NO puede ser reemplazada por una de tela, porque su efectividad para disminuir el riesgo de transmisión de virus respiratorios para este grupo de personas es menor.
- h. Recuerde mantenerse todo el tiempo que sea posible a 1 metro e idealmente a más de 2 metros de sus compañeros de trabajo tanto asistencial como administrativo. Si requiere estar a menos de 1 metro, que sea por tiempos cortos y siempre usando mascarilla quirúrgica.
- i. Considere en lo posible el uso de monogafas o protectores faciales para prevenir salpicaduras a las mucosas, no solo cuando atienda pacientes sospechosos o confirmados de SARS-CoV-2/COVID-19.
- j. Recuerde que el uso de barba puede hacer que el respirador N95 no tenga un sello apropiado con la piel.
- k. No coma ni beba en áreas asistenciales en ningún momento. Si va a consumir algún alimento o bebida, debe ser en áreas dispuestas para tal fin como cafeterías o zonas predispuestas de alimentación, en ningún caso lo haga acompañado de otros compañeros de trabajo. Recuerde que, a menos de 2 metros, otra persona puede salpicar saliva que contenga el virus sobre superficies o su rostro y contagiarlo, aun cuando la persona esté asintomática.
- l. En las cafeterías y restaurantes, no se sienta en la misma mesa con otras personas, siempre debe haber una distancia mínima de 1 metro e idealmente a más de 2 metros con otras personas. Si en su lugar de trabajo hay pequeños recintos donde se suele "tomar café", debe dejar de usarlos, estos sitios son pequeños y usualmente mal ventilados y de pobre iluminación, donde se produciría fácilmente contagio de SARS CoV-2.
- m. No programe ni participe en reuniones presenciales donde tenga que estar a menos de 2 metros de otras personas, utilice siempre que sea posible las video conferencias. En caso de que tenga que estar en el mismo espacio con otros en



reuniones, debe ser a más de 1 metro e idealmente a más de 2 metros de las otras personas, con mascarilla quirúrgica y con puertas y ventanas abiertas que faciliten ventilación e iluminación.

- n. Recuerde que el uso de guantes no elimina la necesidad de higiene de manos, debe hacer higiene de manos de la manera recomendada por OMS (5 momentos).
- o. NO salude de mano, evite dar besos o abrazos en el sitio de trabajo.
- p. Evite el uso de anillos, joyas, relojes y esmalte de uñas en el sitio de trabajo.
- q. Desinfecte después de cada uso los elementos que empleó para el examen del paciente.
- r. Recuerde desinfectar sus equipos de tecnología con alcohol etílico al menos al 70%, especialmente computadores, celulares y tabletas durante la jornada laboral y al momento del ingreso a su hogar.
- s. Se recomienda usar durante la jornada laboral ropa y calzado exclusiva para el trabajo, que sea distinta de la usada para desplazarse desde y hacia la institución.
- t. Se recomienda bañarse al terminar la jornada laboral. Si no es posible, al ingresar a su casa.
- u. No olvide al ingresar a su casa, cambiarse de zapatos, de ropa, lavarse las manos antes de tocar cualquier superficie al interior de la vivienda e idealmente tomar una ducha.

2. A nivel de la comunidad (para todas las personas, incluyendo trabajadores de la salud y personal de apoyo):

- a. Se sugiere mantenerse dentro del hogar la mayor parte del tiempo posible, disminuyendo al mínimo necesario las salidas a trámites, compra de víveres, asistencia a servicios de salud y otras actividades de primera necesidad.
- b. Privilegiar por los próximos meses las reuniones virtuales. En caso de ser absolutamente necesario realizar reuniones presenciales, mantener la distancia de 1 metro e idealmente a más de 2 metros y emplear siempre tapabocas.
- c. Cuando tenga que salir a la calle, manténgase alejado de lugares concurridos y evite reuniones masivas.
- d. Manténgase todo el tiempo que sea posible a más de 2 metros de otras personas (tanto en el hogar como afuera).
- e. Para la compra de víveres y medicamentos u otros bienes de primera necesidad, prefiera ordenarlos a domicilio. Cuando necesite ir personalmente, siempre use un tapabocas.
- f. Evitar el contacto entre menores de edad. La limitación del contacto entre vecinos y amigos para actividades de juego y estudio es una medida eficaz para disminuir la transmisión de los virus respiratorios.



- g. Cumplir las recomendaciones de realizar trabajo en casa o teletrabajo, siempre que sea posible, esta medida permite mantener la productividad mientras se disminuye el riesgo de transmisión de virus respiratorios.
- h. Mantener el contacto con familiares y amigos a través de internet y teléfono siempre que sea posible, evitando el contacto físico.
- i. Evite tocarse la cara (boca, ojos, nariz), porque podría de manera inadvertida llevarse el coronavirus desde superficies o manos, e infectarse.

Con respeto,

Mayor General JAVIER ALONSO DÍAZ GÓMEZ
Director General de Sanidad Militar

Elaboró: PD. Angélica Rico
Grupo Gestión en Salud - DIGSA

SMSM. Leidy Rojas Fierro
Grupo Gestión en Salud - DIGSA

Revisó: SMSM. Carlos Cuéllar Sánchez
Coordinador Grupo Gestión en Salud - DIGSA

SMSM. Saida M. Duran Acosta
Coordinadora Grupo Salud Pública - DIGSA

Vo.Bo: Coronel Rocío del Pilar Garzón Ayala
Subdirectora de Salud - DIGSA



