

LINEAMIENTO TÉCNICO PARA LA ADOPCIÓN DE MEDIDAS PREVENTIVAS Y DE CONTENCIÓN FRENTE A COVID-19 EN SERVICIOS ATENCIÓN A PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Proyecto 113 “Por una ciudad incluyente y sin barreras”

CONTEXTO

¿Qué es?

La COVID-19 es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente. Tanto el nuevo virus como la enfermedad eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. En los humanos, se sabe que varios coronavirus causan infecciones respiratorias que pueden ir desde el resfriado común hasta enfermedades más graves como neumonía.

¿Los síntomas?

Los síntomas más comunes son **fiebre, cansancio y tos seca**. Algunos pacientes pueden presentar dolores en el cuerpo, congestión nasal, rinorrea, dolor de garganta o diarrea. Estos síntomas suelen ser leves y aparecen de forma gradual. Algunas personas pueden infectarse y no desarrollar ningún síntoma. **La mayoría de las personas (alrededor del 80%) se recupera de la enfermedad sin necesidad de realizar ningún tratamiento especial.** Alrededor de 1 de cada 6 personas que contraen el virus desarrolla una enfermedad grave y tiene dificultad para respirar. Las personas mayores y las que padecen afecciones médicas subyacentes, como hipertensión arterial, problemas cardíacos o diabetes, tienen más probabilidades de desarrollar una enfermedad grave. **Solo el 2% de las personas que han contraído la enfermedad han muerto.**

¿Contagio?

La enfermedad puede propagarse de persona a persona **a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen cuando una persona infectada tose o exhala.** Estas gotículas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden contraer la infección si tocan estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca. **También pueden contagiarse si inhalan las gotículas que haya esparcido una persona con la enfermedad al toser o exhalar.** Po

eso es importante mantenerse a más de 2 metros de distancia de una persona que se encuentre enferma.

¿Incubación?

El «período de incubación» es el tiempo que transcurre entre la infección por el virus y la aparición de los síntomas de la enfermedad. La mayoría de las estimaciones respecto al periodo de incubación de la COVID-19 **oscilan entre 1 y 14 días, y en general se sitúan en torno a cinco días.**

DESARROLLO

Teniendo en cuenta las directrices de los niveles distrital y nacional, basándonos en la evidencia científica disponible en la página oficial de la Organización Mundial de la Salud y reuniendo en contexto las opiniones de expertos consultados por la SDIS el 13 de marzo del presente año, se genera la siguiente guía técnica para adoptar medidas rápidas para prevenir la propagación epidemiológica del COVID-10 en el talento humano de la entidad y proteger a los usuarios de nuestras atenciones.

GUÍA TÉCNICA PARA EL NIVEL CENTRAL

1. Inicio rápido de medidas de autocuidado:

- a. Cada 3 o 4 horas realizar lavado de manos (generar charlas sobre autocuidado). Inicie y termine la jornada laboral con un lavado de manos, que debe realizar en un tiempo estimado de 40 a 60 segundos, especialmente en los siguientes momentos:
 - Al llegar al centro de atención.
 - Antes y después de realizar atención a público externo.
 - Antes del consumo de alimentos o bebidas.
 - Antes y después de usar el baño.
 - Posterior al uso múltiple de gel antibacterial.
- b. Cada hora higienizar las manos con alcohol glicerinado.
- c. Diariamente evitar el contacto directo con los demás, por ejemplo, no saludar con abrazos, besos o dándose la mano.
- d. Evitar asistir a eventos masivos o de cualquier tipo que no sean indispensables.
- e. Al toser o estornudar cubrir la boca y la nariz con un paño desechable o la parte interna del codo.

- f. Evitar tocar los ojos, nariz y boca.
- g. Tomar abundante líquido para tener las mucosas orales limpias.
- h. En caso de presentar alguna sintomatología respiratoria usar tapabocas y quedarse en casa, adicionalmente, Si presenta síntomas de alarma (dificultad respiratoria, fiebre de más 38,5 por más de dos días, silbido en el pecho en niños) debe llamar a la línea 123 antes de ir al servicio de urgencias. El sistema de salud priorizará la atención domiciliaria de estas emergencias.

2. Limpieza y desinfección

- a. Incrementar la frecuencia de limpieza y desinfección de las superficies de trabajo, corredores y unidades sanitarias
- b. Generar esquema de aseo terminal en cada sede luego de la jornada laboral.

3. Recomendaciones de síntomas

- a. Si se presentan síntomas como fiebre, tos, debilidad o dificultad respiratoria evite ir a su trabajo, informando dicha situación su superior inmediato, en estos casos use tapabocas, hasta que sea evaluado por personal médico, recuerde llamar al 123 o generar una atención por su EPS.
- b. Si usted está en contacto con personas con lo síntomas anteriormente expuestos, también debe usar tapabocas y evitar el contacto directo con dicha persona e incrementar las medidas de autocuidado.

GUÍA TÉCNICA PARA LAS SEDES INTERNAS

CENTRO RENACER

Atención de niños, niñas y adolescentes en medida de protección

Edades: 4 años a 17 años y 11 meses

Horario: 24/7

- a. Lavado de manos continuo: Este debe ser al ingresar al Centro Renacer, antes de llegar a los niveles, salones, dormitorios, comedor y oficinas; ya que esto disminuye un 50% la posibilidad de transmitir virus que son adquiridos en el transporte público y otros lugares externos a la institución; cabe recalcar, que también se debe realizar antes y después de ingresar al baño, al comedor para el apoyo de la alimentación, es

- recomendable promover el lavado de manos en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes. Esta actividad la puede complementar utilizando gel antibacterial.
- b. Procure retirarse el saco o prenda que trae encima del uniforme o demás indumentaria, es recomendable traer prendas diferentes a las que utilizara en la ejecución de sus actividades, donde deberá cambiarse antes de ingresar al nivel u oficina, realizando el debido lavado de manos.
 - c. No manejar grupos mayores a 25 personas.
 - d. Reorganizar horarios de alimentación de los usuarios en el comedor, donde se manejan dos grupos de ingreso, en todas las tomas de alimentos. (Desayuno, medias nueves, almuerzo, onces y cena)
 - e. Ubicar las camas en las diferentes habitaciones a más de dos metros de distancia (Si es posible).
 - f. Manejo de toallas en cada uno de los niveles, quedarán a cargo de las madrinas o padrino de cada nivel para todas las rutinas de ABC. (antes y después de cada toma de alimentos y control de esfínteres)
 - g. Se restringen salidas de los usuarios a parques, centros comerciales y actividades masivas.
 - h. Se realizará por parte de los Jefes de Enfermería, capacitación de lavado de manos a todo el personal que labora en los diferentes turnos en el Centro Renacer.
 - i. Se realizará protocolo para atención a visitantes, con la ruta de lavado de manos y uso de tapabocas en caso de ser necesario o restricción de la misma si es pertinente.
 - j. En todas las oficinas y niveles se dejará kit de gel antibacterial y toallas desechables de manos.
 - k. Aspersión con Hipoclorito cuatro veces al día en todos los espacios del Centro Renacer, de acuerdo con el plan de saneamiento.
 - l. Cada vez que ingresen las camionetas se realizara aspersión a las mismas.
 - m. Cuando alguno de los residentes presente alguna sintomatología deberá ser reubicado en una zona de aislamiento temporal que cuente con los elementos y dispositivos necesarios, mientras se define su situación en conjunto con lo que determine la Secretaría Distrital de salud y la EAPB encargada de su atención. Este ambiente de aislamiento transitorio debe contar con:
 - Techo, paredes y pisos de fácil limpieza y desinfección.
 - Iluminación y ventilación adecuada (artificial y/o natural) y con recambio de aire.
 - Señalizada e identificada.
 - Contar con área para realizar la higiene de manos y los insumos necesarios.
 - Puerta ajustable que permita el cierre y aislamiento del área.

- Baño privado con ducha y lavamanos para reducir la transmisión del virus a otras áreas.
- Proveer espacio para almacenamiento de elementos requeridos en estas áreas, tales como la disposición de los elementos de protección personal – EPP -, además de los insumos necesarios para la atención del paciente, esta zona se conoce como área limpia.
- El ambiente de aislamiento deberá tener su propio sistema de entrada y salida del aire.
- Retirar del ambiente de aislamiento los muebles y enseres no esenciales, los que permanezcan deben ser de fácil limpieza y no almacenar o retener residuos, ya sea dentro o alrededor de sí mismo.
- Las camas deben estar a más de dos metros de distancia (Si en la habitación hay más de una cama).
- Los utensilios de cocina deben ser dispuestos idealmente para esa persona o en caso de que no sea posible asegurar su limpieza y desinfección.

CENTRO INTEGRATE INTERNO

Atención de personas con discapacidad

Edades: 18 años a 59 años 11 meses

Horario: 24/7

- a. Lavado de manos continuo: Este debe ser al ingresar al Centro integrarte internos, antes de llegar a los niveles, salones, dormitorios, comedor y oficinas; ya que esto disminuye un 50% la posibilidad de transmitir virus que son adquiridos en el transporte público y otros lugares externos a la institución; cabe recalcar, que también se debe realizar antes y después de ingresar al baño, al comedor para el apoyo de la alimentación, es recomendable promover el lavado de manos en los niños, niñas, jóvenes y adolescentes. Esta actividad la puede complementar utilizando gel antibacterial.
- b. Procure retirarse el saco o prenda que trae encima del uniforme o demás indumentaria, es recomendable traer prendas diferentes a las que utilizara en la ejecución de sus actividades, donde deberá cambiarse antes de ingresar al nivel u oficina, realizando el debido lavado de manos.
- c. No manejar grupos mayores a 25 personas.
- d. Reorganizar horarios de alimentación de los usuarios en el comedor, donde se manejan dos grupos de ingreso, en todas las tomas de alimentos. (Desayuno, medias nueves, almuerzo, onces y cena).

- e. Ubicar las camas en las diferentes habitaciones a más de dos metros de distancia (Si es posible).
- f. Manejo de toallas en cada uno de los niveles, quedarán a cargo de las madrinas o padrino de cada nivel para todas las rutinas de ABC. (antes y después de cada toma de alimentos y control de esfínteres).
- g. Se restringen salidas de los usuarios a parques, centros comerciales y actividades masivas.
- h. Se realizará por parte de los Jefes de Enfermería, capacitación de lavado de manos a todo el personal que labora en los diferentes turnos en el Centro integrarte internos.
- i. Se realizará protocolo para atención a visitantes, con la ruta de lavado de manos y uso de tapabocas en caso de ser necesario o restricción de esta si es pertinente.
- j. En todas las oficinas y niveles se dejará kit de gel antibacterial y toallas desechables de manos.
- k. Aspersión con Hipoclorito cuatro veces al día en todos los espacios del Centro Renacer, de acuerdo con el plan de saneamiento.
- l. Cada vez que ingresen las camionetas se realizara aspersión a las mismas.
- m. Cuando alguno de los residentes presente alguna sintomatología deberá ser reubicado en una zona de aislamiento temporal que cuente con los elementos y dispositivos necesarios, mientras se define su situación en conjunto con lo que determine la Secretaría Distrital de salud y la EAPB encargada de su atención. Este ambiente de aislamiento transitorio debe contar con:
 - Techo, paredes y pisos de fácil limpieza y desinfección.
 - Iluminación y ventilación adecuada (artificial y/o natural) y con recambio de aire.
 - Señalizada e identificada.
 - Contar con área para realizar la higiene de manos y los insumos necesarios.
 - Puerta ajustable que permita el cierre y aislamiento del área.
 - Baño privado con ducha y lavamanos para reducir la transmisión del virus a otras áreas.
 - Proveer espacio para almacenamiento de elementos requeridos en estas áreas, tales como la disposición de los elementos de protección personal – EPP -, además de los insumos necesarios para la atención del paciente, esta zona se conoce como área limpia.
 - El ambiente de aislamiento deberá tener su propio sistema de entrada y salida del aire.
 - Retirar del ambiente de aislamiento los muebles y enseres no esenciales, los que permanezcan deben ser de fácil limpieza y no almacenar o retener residuos, ya sea dentro o alrededor de sí mismo.

- Las camas deben estar a más de dos metros de distancia (Si en la habitación hay más de una cama).
- Los utensilios de cocina deben ser dispuestos idealmente para esa persona o en caso de que no sea posible asegurar su limpieza y desinfección

ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL

Los insumos de protección son los garantes para el cumplimiento de esta guía rápida para evitar la propagación del virus, por lo tanto, es de suma importancia disponer de los recursos necesarios:

- Tapabocas
- Tapabocas N-95
- Guantes desechables
- Alcohol al 70% con atomizador
- Alcohol glicerinado
- Monogafas
- Toallas desechables
- Jabón líquido

Esta guía se debe actualizar según los lineamientos de la Secretaría Distrital de Salud o en su defecto las directrices nacionales sobre el tema.

REFERENCIAS

1. <http://www.saludcapital.gov.co/Paginas2/Coronavirus.aspx>
2. <https://www.minsalud.gov.co/>
3. <https://www.who.int/es>

Elaborado por:

Alex Peñaranda. Médico General. IDIPRON

Carlos Garzón. Médico Seguridad y Salud en el Trabajo. SDIS

Juan Carlos Yepes Acevedo. Médico Asesor para la Infancia. SDIS

Yvonne A. Aguilar. Enfermera profesional. ID

Aportes de Equipo Técnico *Proyecto 113 "Por una ciudad incluyente y sin barreras"*

Revisó: Nathalie Ariza, Asesora del Despacho (E).

Aprobó: Patricia Bojacá Santiago, Directora Poblacional. *P. Bojacá*

7



SECRETARÍA DE
INTEGRACIÓN SOCIAL

FOR-GD-005

8

Cra. 7 No. 32 - 16 / Ciudadela San Martín
Secretaría Distrital de Integración Social
Tel.: (1) 327 97 97
www.integracionsocial.gov.co



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.