

RECOMENDACIONES PARA CASOS PROBABLES Y CONFIRMADOS COVID-19

Caso probable: personas que contesten de manera positiva alguna de las preguntas de la encuesta diaria de síntomas (incluyendo las preguntas de nexo epidemiológico), que sean identificados como contacto estrecho de un paciente con COVID-19 confirmado, que tengan temperatura elevada durante el control de ingreso al instituto o presenten síntomas durante la jornada laboral o académica.

Caso confirmado: personas con prueba diagnóstica positiva para COVID-19

RECOMENDACIONES PARA CASO PROBABLE

- Si eres empleado, informar a tu jefe inmediato y a Recursos Humanos.
- Si eres estudiante, informar a Instituto de educación y a la empresa en caso de estar laborando o realizando la práctica.
- Informar sus síntomas en la aplicación CoronApp y solicitar inmediatamente a la EPS en la cual se encuentra afiliado cita médica por caso probable de COVID-19.
- Establecer el cerco epidemiológico identificando las personas con las cuales tuvo contacto estrecho en los último 10 días.
- Quedarse en casa hasta tener la cita con la EPS.
- Informar los síntomas o contactos estrechos al médico de las EPS y seguir todas las recomendaciones dadas por la EPS y/o médico tratante.
- Seguir todas las recomendaciones dadas por el médico tratante y permanecer en casa durante el tiempo definido por el médico tratante.
- En caso de que te generen orden de prueba COVID-19, permanecer en casa hasta que se genere un diagnóstico o hasta que se confirme la ausencia de síntomas y el área de Seguridad y Salud en el Trabajo autorice su retorno presencial a las actividades laborales.
- Informa diariamente tu temperatura y estado de salud, si eres empleado informa a Recursos Humanos y si eres estudiante a tu coordinador.
- Cúbrete la nariz y la boca todo el tiempo.
- Continúa con el lavado de manos, mínimo 5 veces al día, por lo menos durante 30 segundos.
- En la medida de lo posible, garantiza el uso de una habitación individual con condiciones sanitarias favorables y bien ventiladas.
- Controla tu temperatura 2 veces al día y evita automedicarte.

- Vigilar síntomas como fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de garganta, entre otros (en caso de presentar estos síntomas informar al servicio de salud).
- Evita el contacto en casa con personas mayores de 70 años de edad, personas que presenten comorbilidades de base o las demás que indiquen las autoridades sanitarias pueden presentar riesgo de enfermedad grave por COVID-19.

RECOMENDACIONES PARA CASOS CONFIRMADOS

- Seguir todas las recomendaciones dadas por el médico tratante de la EPS y por el área de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Permanecer en casa el tiempo definido por el médico, como mínimo 14 días después del o del inicio de los síntomas o el último contacto estrecho con persona positiva COVID-19.
- Usa el tapabocas todo el tiempo.
- En la medida de lo posible, garantiza el uso de una habitación individual con condiciones sanitarias favorables y bien ventiladas (ideal con baño independiente)
- Limita los movimientos dentro de la casa y reduce al mínimo los espacios compartidos (por ejemplo, cocina y baño). En caso de compartir el baño, debe ser desinfectado luego de cada uso y garantizar su ventilación.
- Mantén una distancia mínima de 1 metro con el resto de las personas, idealmente 2 metros.
- Lava tus manos frecuentemente con agua, jabón y sécate con toallas de un único uso, esto disminuye en un 50 % la posibilidad de infección del virus.
- Evita tocarte los ojos, nariz y la boca con las manos sin lavar.
- Los elementos como sábanas, toallas, platos y cubiertos no deben compartirse y deben lavarse con agua y jabón después de cada uso.
- Antibacterial: este es un complemento del lavado de manos y logra eliminar la mayor cantidad de organismos cuando no tienes acceso al lavado con agua y jabón. Recuerda que el gel debe tener por lo menos, 70 % de alcohol en su composición.
- Desinfecta las superficies: debes limpiar las superficies o los objetos que usas. Por ejemplo: el celular, las llaves y otros artículos que manipules con frecuencia. Puedes hacerlo con una toalla con alcohol o algún desinfectante.
- Consulta fuentes oficiales: recuerda actualizarte con información de fuentes oficiales como el Ministerio de Salud y Protección Social y la Organización Mundial de la Salud. Por ningún motivo divulgues datos sin confirmar su veracidad.