



**La salud
es de todos**

Minsalud

**ORIENTACIONES PARA LA PREVENCIÓN Y MANEJO DEL CORONAVIRUS
COVID-19 DIRIGIDAS A COMUNIDADES INDÍGENAS**

Estrategia comunitaria.

**Programa para la prevención, manejo y control de la Infección Respiratoria Aguda-
IRA y las Enfermedades Diarreicas Agudas en niños y niñas menores de cinco años.**

Documento técnico

Subdirección de Enfermedades Transmisibles
Dirección Promoción y Prevención
Ministerio de Salud y Protección Social

Bogotá, abril de 2020



La salud
es de todos

Minsalud

Ministerio de Salud y Protección Social
Dirección de Promoción y Prevención
Subdirección de Enfermedades Transmisibles
Programa para la prevención, manejo y control de la Infección Respiratoria Aguda- IRA, en niños y niñas menores de cinco años.

Bogotá, D.C. Colombia 2020

© Se autoriza la reproducción parcial o total de este documento, por cualquier medio escrito o visual sin ánimo de lucro, citando como fuente al Ministerio de Salud y Protección Social.

DOCUMENTO EN REVISIÓN



La salud
es de todos

Minsalud

FERNANDO RUÍZ GÓMEZ
Ministro de Salud y Protección Social

IVÁN DARÍO GONZÁLEZ ORTIZ
Viceministro de Salud Pública y Prestación de Servicios

DIANA ISABEL CÁRDENAS GAMBOA
Viceministra de Protección Social

GERARDO BURGOS BERNAL
Secretario General

CLAUDIA MILENA CUELLAR SEGURA (E)
Directora de Promoción y Prevención

CLAUDIA MILENA CUELLAR SEGURA
Subdirector Enfermedades



La salud
es de todos

Minsalud

DOCUMENTO EN REVISIÓN



EQUIPO TECNICO DEL GRUPO DE GESTIÓN INTEGRADA DE ENFERMEDADES EMERGENTES, REEMERGENTES Y DESATENDIDAS - SUBDIRECCIÓN DE ENFERMEDADES TRANSMISIBLES. DIRECCIÓN PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN.

Julián Trujillo Trujillo
Luisa Fernanda Moyano Ariza
Sara Milena Zamora Vásquez
Mónica Patricia Meza Cárdenas
Oscar Andrés Cruz
Milton Cardozo
Angélica Fonseca
Yesenia Castro
Sandra Milena Corredor
Marcela Rojas
Diana Paola Gómez Forero

Elaboración

Sara Zamora Vásquez

Revisión

Julian Trujillo Trujillo
Luisa Moyano Ariza
Martha Cuaran (Dirección de Promoción y Prevención)

DOCUMENTO EN REVISIÓN



Contenido

Presentación	6
1. Aclaraciones básicas sobre el COVID-19.	7
2. Recomendaciones para la prevención del contagio por COVID-19	8
3. Recomendaciones para la detección temprana de casos sospechosos de COVID-19.....	11
4. Recomendaciones para el cuidado inicial de casos sospechosos de COVID-19.	12
5. Recomendaciones para la información y comunicación en la comunidad	13
6. Recomendaciones para los mensajes sobre la prevención, manejo y control de la Infección Respiratoria Aguda –IRA–, con énfasis en población menor de 5 años.....	14
Referencias.....	16

DOCUMENTO EN REVISIÓN



Presentación

Ante la emergencia que la pandemia por COVID-19 se nos presenta la oportunidad de reflexionar sobre el estado de la salud personal y colectiva. Este es un llamado a transformar prácticas diarias que nos ayudan a mantener la salud y alejar algunas enfermedades, en especial las infecciosas; para toda la población colombiana y para las comunidades indígenas es un llamado a la hermandad y a la protección de la vida y el territorio y al trabajo intercultural.

Teniendo en cuenta la diversidad étnica al interior de los mismos grupos originarios, expresada en sus prácticas socioculturales, en el contexto y en la particularidad de sus territorios que habitan (indígenas en contextos urbanos, semi urbanos, rurales y rurales dispersos), así como sus formas de vida y tradiciones de producción (agricultores, cazadores y recolectores, nómadas, semi-nómadas o con agricultura itinerante), se presentan las siguientes recomendaciones, las cuales han de ser adecuadas de acuerdo a las características antes mencionadas, acorde a usos y costumbres de pueblos y comunidades, y según las condiciones materiales de vida que tengan.

El objetivo de este documento es brindar algunas orientaciones a las Entidades Territoriales para que sean transmitidas a las autoridades tradicionales, líderes, lideresas y comunidades indígenas, en relación a la prevención, manejo y control del eventual contagio por Coronavirus (COVID-19), con el fin de promover el cuidado personal, familiar y comunitario y la protección frente a las desarmonías causadas por la pandemia, retomando los elementos del Programa Nacional de prevención, manejo y control de la IRA/EDA en niñas y niños menores de 5 años y del SISPI (este último en construcción).

Igualmente, según las particularidades culturales y los sistemas de salud propios se invita a la unión de los saberes tradicionales y a implementar las recomendaciones que acá se exponen, las cuales retoman consideraciones de los documentos: “Recomendaciones para la promoción de la convivencia y la armonía espiritual y del pensamiento (salud mental) durante el brote de COVID-19 en población indígena”, los “Lineamientos para la prevención, detección y manejo de casos de coronavirus (COVID-19) para población étnica en Colombia”, la estrategia comunitaria del Programa Nacional de prevención, manejo y control de la IRA en niñas y niños menores de 5 años del Ministerio de Salud y Protección Social (MSPS) y la circular externa 015 de 2020 del Ministerio del Interior y el Ministerio de Salud y Protección Social.

Es importante anotar que estas recomendaciones se deben mantener y reforzar hasta que se logre encontrar un tratamiento o vacuna para el COVID-19 y que todos los documentos expedido dentro de la emergencia son susceptibles de actualizaciones.

El documento está dividido en seis apartados:

1. Aclaraciones básicas sobre el COVID-19.
2. Recomendaciones para la prevención del contagio por COVID-19.
3. Recomendaciones para la detección temprana de casos sospechosos de COVID-19.



4. Recomendaciones para el cuidado inicial de los casos sospechosos de COVID-19.
5. Recomendaciones para la información y comunicación en comunidad.
6. Recomendaciones para los mensajes sobre prevención, manejo y control de la Infección Respiratoria Aguda –IRA–, con énfasis en población menor de 5 años.

1. Aclaraciones básicas sobre el COVID-19.

Es necesario que las autoridades tradicionales, las y los líderes, los agentes comunitarios y auxiliares tengan en claro que el COVID-19 puede infectar a cualquier persona, sin importar la edad, el sexo u ocupación. El COVID-19 es causado por un virus (un ser microscópico, que no se puede ver a simple vista) que pasa de una persona que este infectada a otras, por medio de gotas (pueden ser muy pequeñas y se les llama gotículas) procedentes de la boca o nariz que salen cuando la persona infectada habla, tose, estornuda. Esas gotículas caen sobre el piso y los objetos que rodean a la persona, de esa manera otras personas pueden tocarlas y luego pasar las manos por la nariz, boca y ojos, así puede contraer la enfermedad. Otra forma de contagio es cuando se inhalan (entra aire al respirar) las gotículas que una persona con COVID-19 haya expulsado al toser, hablar o respirar.

Por lo anterior, la mejor forma de prevención de la enfermedad es el aislamiento entre las personas, no darse la mano, el correcto lavado de las manos con agua y jabón frecuentemente (por lo menos 7 veces al día y cada vez que se ensucien), limpiar y desinfectar todos los objetos de los lugares de residencia y trabajo y mantener una distancia de por lo menos 2 metros entre las personas y asegurar que las personas que tienen síntomas respiratorios usen de manera permanente el tapabocas.

El COVID-19 causa una Infección Respiratoria Aguda (IRA), es decir una gripe, que puede ser leve, moderada o severa; puede producir fiebre (que es difícil de hacer bajar y dura más de tres días), tos, secreciones nasales (mocos), cansancio y malestar general; algunas personas pueden presentar dificultad para respirar. La enfermedad puede llegar a ser mortal, principalmente en personas de edad avanzada que además tienen otras enfermedades (como diabetes, cáncer, problemas en sus riñones o pulmones, asma o tensión alta). Sin embargo, conforme al comportamiento de la pandemia en Colombia, la mayor mortalidad por COVID – 19 se está presentando en el rango de edad entre 20 y 60 años, identificándose la población entre 30 a 39 años como la más aportante, seguida de personas entre 20 a 29 años; 50 a 59 años y 40 a 49 años; situación que indica que las medidas de aislamiento y protección deben extremarse en todos los grupos de edad¹.

Se recomienda que estas aclaraciones sean difundidas al interior de las comunidades, mediante los diferentes medios apropiados al contexto y a las circunstancias territoriales (canales regionales, institucionales o comunitarios de radio o televisión, medios virtuales, perifoneo) y de la voz a voz de esta manera se puede lograr que todas las familias comprendan sobre el virus, la enfermedad y la forma como deben prevenir la infección.

¹ <http://www.ins.gov.co/Noticias/Paginas/Coronavirus.aspx>



2. Recomendaciones para la prevención del contagio por COVID-19

a. Medidas generales de protección

- Es importante que las personas permanezcan en su territorio, en sus lugares de residencia y que no salgan de los espacios colectivos de la comunidad, principalmente se debe evitar ir a los centros o cascos urbanos o corregimientos si no es un caso extremadamente necesario, como por ejemplo abastecimiento de alimentos u otros víveres y/o comercialización de productos agrícolas.
- Restringir las visitas de personas de otras comunidades.
- Se debe acordar comunitariamente con las autoridades o líderes o a nivel familiar en cuales casos importantes o sumamente necesarios se podría salir del territorio y cuáles cuidados se deben realizar antes y cuando la persona deba volver, como por ejemplo permitir que las comunidades puedan realizar el ritual de limpieza y armonización, aislamiento y prácticas de limpieza que pueden acompañar las acciones de desinfección establecidas desde el mundo occidental.
- En la realización de los rituales no se debe exponer al humo o vaporizaciones (saunas) a las personas porque incrementa el riesgo a las complicaciones respiratorias, por lo cual no es conveniente realizar sahumerios, uso de tabaco u otros que implique la quema de productos.
- A nivel de la comunidad o al interior de la familia, se debe definir la manera en que se podrán hacer llegar alimentos a la casa, implementos de aseo, agua potable e insumos médicos, para lo cual es necesario establecer rutas y horarios de tránsito y determinar las personas encargadas de tareas específicas.
- Las personas de la comunidad que tuvieron que salir por fuerza mayor a los cascos urbanos o a los corregimientos deben tomar medidas de protección antes mencionadas y al volver deben estar en aislamiento por 14 días. El aislamiento consiste en:
 1. Realizar aislamiento preventivo en la habitación o un lugar específico de la vivienda. Si es posible tener una vivienda (un espacio) separada de otras personas.
 2. Debe permanecer en su casa, no hacer salidas a otros lugares, viajes y visitas a lugares públicos.
 3. Mantener dos metros de distancia de otras personas.
 4. Evitar todo contacto con otras personas, no tener contacto al saludar y evitar tocar su cara.
 5. Limpiar diariamente (o varias veces al día según se ensucie) la habitación o lugar donde permanece la persona, con abundante agua que corra (no generar charcos), jabón y cloro, en lo posible.
 6. Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón, si no tiene jabón de manos con jabón de ropa y con abundante agua que corra, refregar muy bien y seguir la guía de lavado de manos del anexo.
 7. Al toser es necesario cubrirse la nariz con la parte interior de un brazo.



8. La persona que salió de la comunidad debe tener durante el aislamiento loza (plato y vaso) y cubiertos separados. Los cuales deben ser limpiados por ella misma con agua y jabón.
 9. No compartir bebidas o comidas en los mismos recipientes, ni elementos como tabaco, coca o elementos que se introduzcan en la nariz, entre otros.
 10. Es necesario el uso de elementos de protección personal tales como tapabocas (si son desechables se pueden usar por un solo día o si están muy húmedos por mocos y salivas cambiar más seguido), pañoletas o tapabocas de tela que cubran nariz y boca, (las pañoletas y tapabocas de tela deben ser cambiados y lavados dos veces al día con agua y jabón, o hervidos por 10 minutos en agua).
 11. Reportar a los servicios de salud si presenta cansancio, malestar general, fiebre o síntomas de infección respiratoria.
 12. Los alimentos, víveres o útiles que la persona transporta a la comunidad deben ser desinfectados para ingresar a las viviendas, se pueden lavar con agua y jabón, limpiar con alcohol o con cloro, en caso de no contar con estos implementos se deben lavar con abundante agua que corra.
 13. La ropa que tenía puesta la persona al volver a la comunidad se debe lavar inmediatamente y evitar que ingrese a la casa o que otras personas tengan contacto con las prendas y zapatos.
- Evitar que personas ajenas a las comunidades (turistas, comerciantes, personal de organizaciones sociales, entre otros) entren en el territorio (resguardos, cabildos), sin embargo, se debe definir quiénes sí podrían quedarse o entrar en el territorio, que sean de suma importancia.
 - Acordar y socializar con las personas que están haciendo control territorial los lugares de frontera entre comunidad, municipio o países vecinos, sobre los casos excepcionales o especiales de ingreso de particulares, como personal médico o de la salud, personas que entregan ayudas alimentarias, entre otros. Teniendo en cuenta que las autoridades propias y líderes corroboren que las personas que ingresan no se vean enfermas, especialmente que no tengan gripa –síntomas de Infección Respiratoria Aguda (IRA) o Coronavirus (COVID-19). Aunque es importante aclarar que algunas personas que parecen sanas pueden estar transmitiendo el virus.
 - Recordar que las actividades comunitarias, fiestas, mingas, paseos, eventos deportivos, celebraciones, entre otras que se haya planeado para este año, se deberán aplazar para cuando pase la emergencia por COVID-19. Es decir, no se debe realizar actividades que contemplen la agrupación de personas.
 - No realizar rituales o eventos que generen aglomeración de muchas personas, por ejemplo, en funerales.
 - Es necesario que se tomen medidas de protección para niños y niñas menores de cinco años y personas adultas mayores de 55 años de la comunidad, por tener un mayor riesgo ante el posible contagio del virus. Esto se puede aprovechar para realizar acciones de cuidado y atención a los mayores y mayores, y establecer cuáles atenciones necesitan dentro de las familias y la comunidad, por ejemplo, si la autoridad tradicional o el líder identifica que el adulto mayor necesita mejorar su alimentación se pueden hacer articulaciones con las autoridades tradicionales o las alcaldías para las solicitudes a los programas sociales del Estado.



- Tener en aislamiento en las casas o lugares de habitación de las personas mayores de 55 años y restringir el contacto con personas que tengan síntomas de Infección Respiratoria Aguda (IRA) o Coronavirus (COVID-19), es decir, que tengan fiebre, tos, malestar, mocos, entre otras formas de manifestación de una gripa. Como también el virus lo pueden tener personas que no presentan síntomas, se recomienda que el aislamiento social de las personas mayores de 70 años sea más estricto.

a. Cuidados para la prevención

- Mantener las viviendas (casas, tambos, maloca, entre otras) y todos los espacios de la comunidad ventilados, limpios y desinfectados, para ello se pueden utilizar implementos de aseo como jabón, alcohol o cloro, en el caso de no disponer de estos se puede recurrir a las plantas de uso tradicional utilizadas para la limpieza, asegurándose de utilizar abundante agua que corra (no general charcos). Se debe explicar y recordar a las personas que deben seguir las instrucciones de dilución que se encuentran en la etiqueta de los productos, en lo posible utilizar guantes, mantener fuera del alcance de los niños estos productos, no realizar las diluciones en envases que hayan contenido bebidas o alimentos, es mejor conservarlos en los envases originales, no comer, beber ni fumar durante la manipulación y aplicación de los desinfectantes.
- Mantener todas los espacios y objetos limpios.
- Lavar las manos con agua limpia (que corra y no se aposente) y jabón de manera frecuente (después de llegar de la selva, de manipular animales, herramientas, útiles de caza y plantas, cuando las manos tengan secreción respiratoria después de toser o estornudar (saliva y mocos); al tener contacto con la piel de otras personas, después de orinar y defecar, de limpiar a los niños luego de defecar, y antes de consumir o preparar alimentos, entre otras acciones que ensucien las manos). Recuerden que, si no tienen jabón de manos se puede utilizar el jabón de la ropa, lo más importante es que se use abundante agua que corra, el éxito del lavado de manos está en refregar muy bien las manos, palma contra dorso de ambas manos y no olvidar el espacio entre los dedos, así como las uñas, el dedo gordo, restregando muchas veces (ver anexo sobre correcto lavado de las manos, última página de este documento).
- No permitir las reuniones de varias familias y limitar las visitas solo a los casos necesarios como intercambio de alimentos o medicinas.
- Mantener el distanciamiento social, es decir, mantener una distancia entre una persona y otra de aproximadamente 2 metros de distancia o a seis pasos, cuando obligatoriamente se tenga que salir a adquirir alimentos u otros.
- No saludarse estrechando la mano, ni abrazando, ni besando, ni tocando al otro.
- No compartir utensilios de bebidas o comidas o de elementos de uso comunitario para los rituales o ceremonias como por ejemplo tabaco o coca, mates de chica, o elementos que se introduzcan en la nariz (sopladores de rapé), entre otros, donde se pueda intercambiar saliva o material líquido o mucoso de la nariz (mocos).
- No escupir en el piso o expulsar saliva a otra persona.
- Al estornudar o toser cubrirse con el antebrazo o hacerlo en un pañuelo o papel desechable, siempre y cuando este se deposite en una bolsa de la basura y esta a su vez se entierre o se disponga en los carros recolectores de las basuras municipales,



donde se pueda. Nunca estornudar sobre las manos ni hacia el vacío porque así se pueden ensuciar de virus más cosas; asegurar que siempre se haga cubriéndose la boca. Lavarse las manos y la cara cada vez que se estornude.

- Ante cualquier signo de gripa se debe utilizar tapabocas, en caso de no tener acceso a éstos se puede usar pañoletas o hacer tapabocas caseros que cubran nariz y boca; los cuales se deben cambiar al estar mojados por saliva o mocos todas las veces que sean necesarias al día. Al lavarlos se recomienda ponerlos a hervir en agua por 10 minutos y en lo posible desinfectar con cloro.

b. Recomendaciones para la detección temprana de casos sospechosos de COVID-19

En caso de que se tenga sospecha de una persona contagiada con el virus COVID-19, es importante tener todos los cuidados y precauciones para evitar que se contaminen otras personas. Así como evitar la discriminación, señalización o abandono de familia y comunidad del enfermo. Para ello se dan las siguientes recomendaciones:

La comunidad y/o la familia deberá conocer y tener a la mano el número de teléfono o contacto de sus líderes comunitarios y de los centros de atención en salud más cercanos, para el caso de una emergencia; si no se tiene acceso a celular se debe conocer la persona de contacto de la comunidad que se pueda comunicar (de manera terrestre, acuática u otra) hasta poder poner en conocimiento la sospecha del caso con el centro de salud más cercano.

Teniendo en cuenta la participación social de las comunidades y su articulación en algunas acciones de los Planes de contingencia que las Direcciones Territoriales lideran, se deberán evaluar los mecanismos y las estrategias para la participación de algunas personas (líderes, auxiliares, agentes de salud, gestores comunitarios, sabedores, entre otros), quienes pueden apoyar en la identificación e información de los casos sospechosos en la comunidad para su atención. Es importante recordar que estas personas tengan en claro que el COVID-19 puede infectar a cualquier persona, sin importar la edad, el sexo u ocupación. La enfermedad puede ser mortal, principalmente en personas de edad avanzada, quienes además tengan otra enfermedad (como diabetes, asma o tensión alta).

Las autoridades tradicionales, líderes comunitarios, agentes o auxiliares en caso de detectar un caso sospechoso en la comunidad deben tener en cuenta los siguientes pasos a seguir:

- Saber comunicarle a la persona y a su familia que se comprende como un caso sospechoso, comentar los pasos a seguir para poder recibir atención y hacer la prueba para confirmar o negar el contagio por la enfermedad, esto de acuerdo a la información suministrada por la IPS o la Dirección local de Salud.
- Explicar que debe aislarse a esa persona y explicar cómo se haría el aislamiento y todas las medidas necesarias para cumplir con este aislamiento.
- Contactar a familiares y personas que estuvieron en contacto con la persona en los últimos 14 días, para explicar el riesgo de contagio que tuvieron y las medidas de cuidado que deben seguir, con énfasis en el aislamiento social.



- Tener claro la manera de comunicarse y reportar la sospecha a las Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud y persona encargada del sistema de salud (puesto de salud u hospital).
- Tener establecida la forma de ingreso del equipo de salud para la atención de las personas sospechosas de contagio o para el traslado de la persona a un centro de atención, atendiendo el uso de prácticas tradicionales, siempre y cuando estas no representen un riesgo para la salud e integridad del paciente.
- Identificar personas de la comunidad que puedan y estén de acuerdo en ayudar como acompañante y/o traductor si se necesita.
- Permitir el acompañamiento de las o los sabedores tradicionales para apoyo espiritual (cantos, rezos, rituales, entre otras prácticas propias que no incluyan la producción de humo), cuyas intervenciones deben limitarse únicamente con la persona enferma y usando elementos de protección personal. Se deben restringir prácticas ceremoniales sociales que impliquen aglomeraciones y reuniones de personas, debido a que estas aumentan la posibilidad de contagio del Covid – 19. En caso de que los sabedores sea mayor de 55 años no se deben exponer el riesgo de contagio.

En los casos de áreas de frontera y que el grupo indígena sean nómadas o semi nómadas, una opción es que se elijan varias personas de la comunidad que estén encargados de realizar la vigilancia del territorio, evitando el ingreso de personas procedentes de otras naciones o comunidades; también escoger lugares seguros donde puedan estar aislados y abastecerse de alimentos mientras pasa la emergencia.

La comunidad debe estar de acuerdo con la elección de un lugar limpio y ventilado, que servirá de albergue para el cuidado de las personas con síntomas de Infección Respiratoria Aguda (IRA) o Coronavirus (COVID-19).

Los cuidadores deben tomar todas las precauciones que se han mencionado para que eviten su contagio.

c. Recomendaciones para el cuidado inicial de casos sospechosos de COVID-19.

Se debe nombrar preferiblemente a una sola persona por familia para que se encargue del cuidado de aquella persona que presente síntomas de Infección Respiratoria Aguda (IRA) o sospechosos de ser Coronavirus (COVID-19). Algunas recomendaciones para el cuidado de estos casos son:

- El cuidador no debe ser un adulto mayor de 55 años, ni una mujer gestante, debe ser una persona que goce de buena salud y no tenga enfermedades como diabetes, tensión alta, cáncer, problemas en los riñones o de sus pulmones, entre otras.
- La familia, la comunidad, los líderes y autoridades, en conjunto con las entidades estatales, las IPS, organizaciones y demás actores que puedan intervenir, buscarán las formas de proveer a los cuidadores el acceso a agua limpia (que corra), jabón, desinfectante, alimentos y demás implementos que se necesiten para el cuidado.



- Se pueden elaborar tapabocas de tela o usar pañoletas que cubran nariz y boca, los cuales deben ser cambiados y lavados frecuentemente (al menos 2 veces al día o cada vez que estén mojados por saliva o mocos); idealmente desinfectándolos con cloro, lavándolos con agua y jabón o hirviéndolos con agua durante 10 minutos. Estos deben ser usados por los enfermos.
- No se deben realizar visitas a las personas que estén siendo cuidadas por tener una Infección respiratoria Aguda (IRA) o por ser sospechosa de COVID-19; el contacto es solo del cuidador y éste debe tener todas las precauciones ya mencionadas.
- La basura y desperdicios que hayan sido utilizados por esta persona se debe enterrarlos (no quemarlos) a gran profundidad y alejados de casas o habitaciones.
- Los platos, el pocillo (o vasija) y demás elementos que se utilicen para alimentar a las personas con síntomas de COVID-19 no se deben compartir con otras personas, deben ser lavados muy bien con agua y jabón y hervirse durante al menos 10 minutos.
- Se debe disponer de un lugar exclusivo para el aseo de las personas con sospecha de COVID-19, así como de un lugar para hacer las deposiciones, el cual se debe mantener limpio, ventilado y desinfectado. Si es al aire libre; asegurar que sean enterradas.
- Las sabedoras o sabedores y médicos tradicionales que estén atendiendo o interviniendo personas con enfermedades respiratorias o sospechosas de COVID 19, deben usar elementos de protección personal como guantes y tapabocas, los cuales deben ser cambiados por unos nuevos cada vez que se vaya a intervenir una persona. Si no se cuenta con elementos de protección personal se sugiere realizar adaptaciones a dichas intervenciones evitando el contacto directo y manteniendo un distanciamiento mínimo de 2 metros con la persona enferma.
- Deben seguir las demás recomendaciones dadas por el equipo de salud.

d. Recomendaciones para la información y comunicación en la comunidad

Según las condiciones de cada territorio y los medios de comunicación disponibles que se tengan, se recomienda que los auxiliares de salud, agentes comunitarios, las autoridades tradicionales, las o los líderes hagan uso de ellos con las siguientes indicaciones.

Se debe partir de tener claro los medios disponibles y las formas seguras de uso que se tengan (mapeo de medios). Para los lugares donde se puede realizar perifoneo, enviar mensajes por emisoras comunitarios, radios, teléfonos o parlantes:

- Difundir en las lenguas propias los mensajes prevención con información veraz de las fuentes oficiales, que se pueden basar en los que se encuentran en la página del Ministerio de Salud y protección Social en <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/PET/Paginas/infografias-covid-19.aspx>
- Incentivar prácticas de higiene personal (lavado de manos, cara, cuerpo), de higiene de los lugares de residencias (casas, tambos, malocas), que sean claros y sencillos, y se ajusten a los usos y costumbres de cada comunidad.
- Difundir la manera correcta de lavar las manos, de estornudar y toser.



- Incentivar al aislamiento social, recordar que son dos metros de distancia entre las personas y que no se hagan visitas ni reuniones de personas.
- Promover prácticas culturales que sean provechosas para la salud, la producción de alimentos, preparación de comidas, manejo de plantas medicinales, elaboración de artesanías, fortalecer la oralidad mediante el relatos y enseñanzas, entre otras al interior de las viviendas.
- Sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de valorar al talento humano en salud y a las personas de la comunidad, evitar el señalamiento a las personas sospechosas, enfermas por el virus o al personal de salud de la comunidad.
- Fomentar el buen uso de los medios de comunicación como el internet para así evitar saturarse de información y del envío de mensajes falsos y noticias que generen angustia o temor en la comunidad.
- Difundir mensajes cortos y claros en las lenguas propias sobre las medidas de protección, haciendo énfasis en el lavado de manos, cara y del aislamiento social.
- Comunicar los signos de sospecha que indicaría un posible caso de COVID-19.
- Difunda mensajes en contra de la discriminación de las personas que puedan llegar a tener la infección, recuerde que le puede dar a cualquiera.

Para poder mandar mensajes en algunas emisoras se puede enviar el audio y solicitar que se transmita, pues en algunos lugares ya no se permite el acceso a las cabinas.

e. Recomendaciones para los mensajes sobre la prevención, manejo y control de la Infección Respiratoria Aguda –IRA–, con énfasis en población menor de 5 años.

En la elaboración de comunicados para la comunidad se recomienda tener en cuenta los siguientes mensajes para la prevención, atención inicial y detección de signos de alarma para las Infecciones Respiratorias Agudas, que, si bien se centran en población menor de 5 años, siguen siendo importantes para IRA y para el COVID-19:

¿Cómo evitar enfermarse de IRA?

- a) Lavar las manos con agua y jabón de manera frecuente (después de llegar de la selva, de manipular animales, herramientas, útiles de caza y plantas, cuando las manos tengan secreción respiratoria después de toser o estornudar (saliva y mocos); al tener contacto con la piel a otras personas, después de orinar y defecar, de limpiar a los niños luego de defecar, y antes de consumir o preparar alimentos, entre otras acciones que ensucien las manos).
- b) Mantener el lugar donde se duerme y la cocina limpia, que el humo salga y este lejos de niños y personas mayores.
- c) Evitar el contacto con otras personas que tengan gripa o tos.
- d) Cubrir la boca y nariz cuando va a cambiar de temperatura, principalmente en las mañanas y en las noches.
- e) Cubrir la boca con la parte interna del codo al estornudar o toser, nunca con la mano.
- f) Fomentar la lactancia materna en los niños menores de 6 meses.



- g) Mantener esquema de vacunación completo, de acuerdo con la edad.
 - h) Vacunar contra influenza* en grupos de riesgo como enfermedad pulmonar obstructiva crónica – EPOC, asma, bronquitis crónica, otras enfermedades pulmonares crónicas, diabetes mellitus y enfermedades relacionadas con la diabetes (cardiopatías, nefropatías, neuropatías, entre otras), obesidad mórbida, enfermedades inmunosupresoras incluyendo VIH, cáncer, uso de esteroides o inmunosupresores, trasplantados, embarazadas a partir de la semana 14 de gestación y en población adulta mayor de 60 años.
- *Cuando se encuentre disponible en el País.

¿Cómo cuidar a una persona con IRA?

- a) En lo posible, permanecer en los lugares de residencia (campamento, maloca, tambo o casa), evitar trayectos, contactos y visitas.
- b) Tomar más líquidos y ofrecer alimentos en porciones pequeñas, con mayor frecuencia, brindar agua limpia y hervida constantemente.
- c) Para niños/niñas que están tomando leche de la mamá continuar con la lactancia materna a demanda. Se recomienda no suspenderla.
- d) Limpiar con frecuencia la nariz, dejándola libre de mocos o limpiar con agua.
- e) Cubrir la boca con la parte interna del codo al estornudar o toser, nunca con la mano.
- f) Lavar las manos con agua de manera frecuente con agua y jabón.
- g) Si su hijo no es un bebé pequeño (menor de 2 meses) y tiene calentura (fiebre) y come bien, defeca normal y está despierto, baje la calentura con paños de agua tibia (no puede ser fría porque el cambio brusco de temperatura le puede dar un choque) y vigile los cambios.
- h) En caso de que sea una persona adulta se debe hacer que la misma persona enferma sea quien realice el aseo y desinfección de los objetos que toca y del lugar de habitación. En caso de que sea una niña o niño el mismo cuidador encargado debe realizar la limpieza.
- i) Promover que la persona afectada use tapabocas siempre; si es desechable, hacer que lo bote cada 8 horas o cuando esté húmedo o sucio y si es de tela, hervirlo en agua caliente 10 minutos para desinfectarlo.
- h) Informar al personal de salud si el niño y adulto enfermo presenta complicaciones como dificultad para respirar.

¿Cuándo consultar al médico? (Signos de alarma)

- a) Respiración más rápida de lo normal.
- b) Calentura (fiebre) de difícil control por más de dos días.
- c) Si su hijo es un bebé pequeño (menor de 2 meses) y no come o siente que tiene calentura (fiebre) busque atención.
- d) Si su hijo es un niño de cualquier edad y tiene tos persistente, deposiciones líquidas, no se ve bien, respira rápido, no come, se ve decaído y dormido, consulte de inmediato.
- e) Si el pecho suena o duele al respirar.
- f) Somnolencia o dificultad para despertar.
- g) Ataques o convulsiones.
- h) Decaimiento.
- i) Si vomita todo.
- j) Deterioro del estado general rápidamente.
- k) En adultos, si se presenta dificultad para respirar, si la fiebre no baja.



Referencias

Ministerio de Salud y Protección Social. Orientaciones de medidas preventivas y de mitigación para contener la Infección Respiratoria Aguda por COVID-19, dirigidas a la población en general. Bogotá, marzo de 2020. En:

<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/GIPG13.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. orientaciones para la prevención, contención y mitigación del coronavirus covid-19 en personas adultas mayores, centros vida, centros día y centros de protección de larga estancia para adultos mayores. Bogotá, marzo de 2020. En:

<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/TEDS01.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. Salud para las personas con discapacidad, sus familias, las personas cuidadoras y actores del sector salud. Bogotá, marzo de 2020. En:

<https://www.minsalud.gov.co/Ministerio/Institucional/Procesos%20y%20procedimientos/TEDS02.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. Recomendaciones para la promoción de la convivencia y la armonía espiritual y del pensamiento (salud mental) durante el brote de covid-19 en población indígena. Bogotá, marzo de 2020. En:

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/salud-mental-covid-19.zip>

Ministerio de Salud y Protección Social. Guía operativa para desarrollo de la estrategia comunitaria Programa para la prevención, manejo y control de la Infección Respiratoria Aguda- IRA y las Enfermedades Diarreicas Agudas en niños y niñas menores de cinco años del Ministerio de Salud y protección Social. 2020. Documento no publicado.

Ministerio de Salud y Protección Social. Lineamientos para la prevención, detección y manejo de casos de coronavirus (COVID-19) para población étnica en Colombia. Bogotá, marzo de 2020. En:

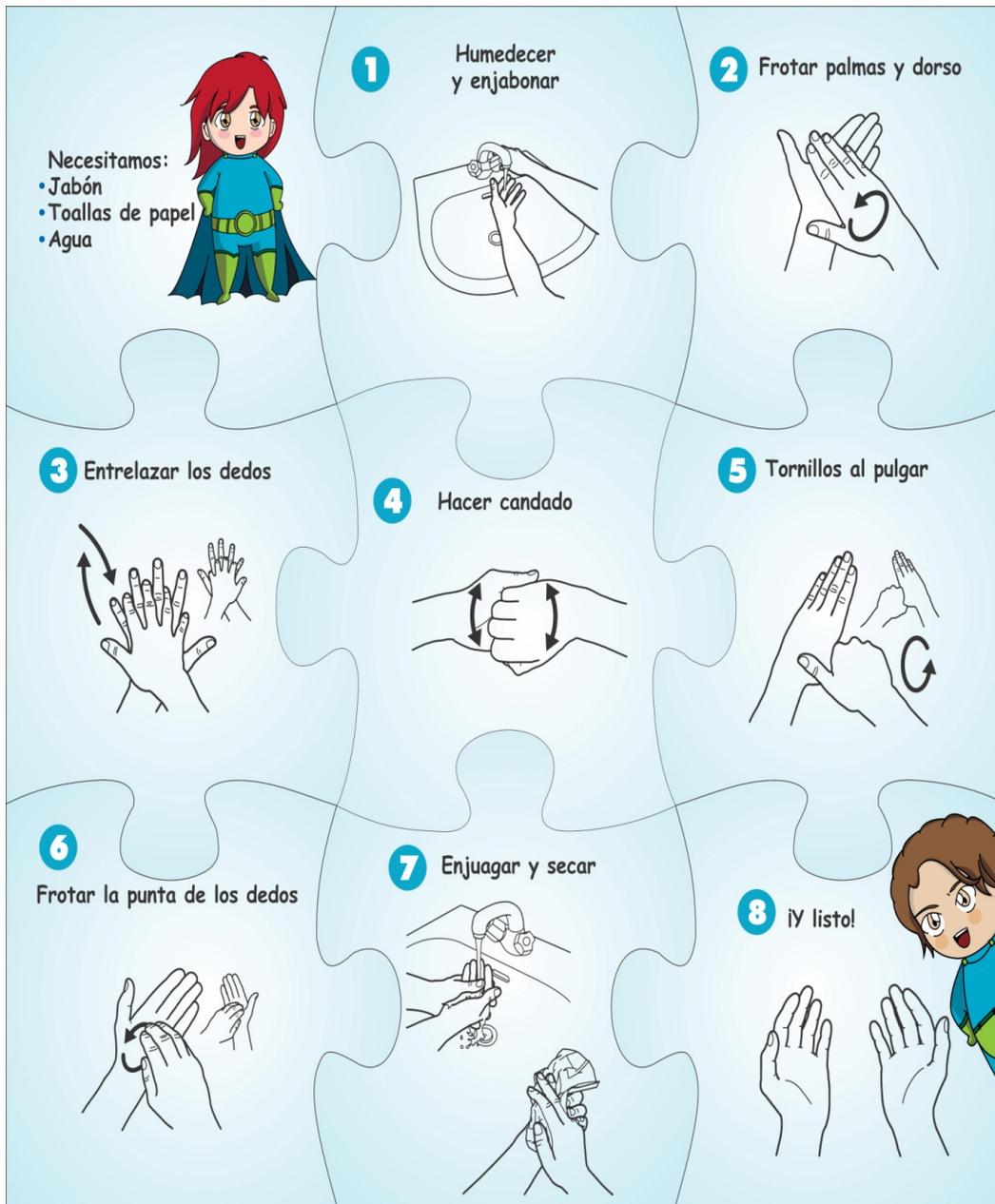
<https://www.minsalud.gov.co/RID/asif13-poblacion-etnica-covid-19-t.pdf>

Ministerio del Interior y el Ministerio de Salud y Protección Social. Circular externa 015 de 2020. En: <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Normal1.jsp?i=91395>

ELABORADO POR:	REVISADO POR:	APROBADO POR:
Nombre y Cargo: Sara Milena Zamora Vásquez – Contratista Subdirección de Enfermedades Transmisibles. Fecha: 15 de abril de 2020	Nombre y Cargo: Julián Trujillo Trujillo – Subdirección de Enfermedades Transmisibles. Martha Cuarán – Contratista Dirección de Promoción y Prevención. Fecha: 15 de abril de 2020	Nombre y Cargo: Claudia Milena Cuellar Segura – Directora de Enfermedades Transmisibles. Fecha: 07 de abril de 2020



ANEXO
Rompecabezas del lavado de manos²



² Tomado de la Guía operativa para desarrollo de la estrategia comunitaria Programa para la prevención, manejo y control de la Infección Respiratoria Aguda- IRA y las Enfermedades Diarreicas Agudas en niños y niñas menores de cinco años del Ministerio de Salud y protección Social.