

RECUERDE

Sí durante su estancia en la Clínica San Rafael le tomaron muestras por caso probable COVID 19, usted puede conocer el resultado de sus muestras través de la página web de la Secretaría Distrital de Salud.- SDS: www.saludcapital.gov.co



Haga click en "Reporte de autocuidado y siga las instrucciones



Digite su número de cedula y el número celular que usted proporcionado en el momento de la consulta médica.

A screenshot of a web form for entering COVID-19 test results. It has a header with the Bogotá logo and the text 'Resultados exámenes Covid-19'. Below the header, there is a paragraph of instructions: 'Estimado ciudadano: Por favor digite su número de identificación y celular que registró al momento de tomar la muestra para su validación, llegará un mensaje de texto con un código de validación el cual le permitirá validar los resultados de su examen.' There are two input fields labeled 'Número de identificación' and 'Celular'. A green 'Consultar' button is at the bottom right.

Una vez diligenciados estos datos le llegará un código de validación al teléfono celular registrado, dicho código le será requerido para completar su proceso de consulta de resultados de muestra COVID 19.



Recuerde a partir de su salida del Hospital Universitario Clínica San Rafael, alguien de salud pública de la SDS o de su EPS lo contactará para darle las indicaciones respectivas



MEDIDAS GENERALES EN PERSONAS CON AISLAMIENTO

- Continuar aislamiento preventivo por 14 días, instalarse en habitación individual bien ventilada, en lo posible baño exclusivo en caso contrario realizar desinfección una vez lo use. En todo caso debe mantener distancia mínima de 2 metros con el enfermo.
- El lavado de manos con agua y jabón (40 a 60 segundos): después del contacto con el enfermo o con su entorno inmediato, antes y después de preparar alimentos, antes de comer, después de usar el baño, después de toser, estornudar, después de ir al baño o cuando estén visiblemente sucias.

- El cuidador debe ser una persona en lo posible sano que no presente enfermedades crónicas o que afecten a su respuesta inmunitaria.

- Para secarse las manos después de lavárselas con agua y jabón, es preferible usar toallitas de papel desechables. De no haberlas, se utilizarán toallas de tela limpias, que se deben cambiar cuando estén húmedas. En los eventos que no sea posible el lavado de manos, utilizar gel antibacterial o alcohol glicerinado, la fricción debe durar de 20 a 30 segundos.

- Se debe evitar el contacto directo con los fluidos corporales. Para manipular las heces, la orina y otros desechos se deben utilizar guantes desechables y tapabocas. Antes y después de quitarse los guantes y la mascarilla se aplicarán medidas de higiene de manos.

- Las sábanas, toallas, platos y cubiertos utilizados por el paciente no deben compartirse con otras personas.

- Todos los desechos generados durante la atención del paciente deben colocarse en un recipiente con tapa situado en la habitación del paciente y posteriormente eliminarse como desechos infecciosos.

- Si presenta alguna sintomatología durante los 14 días posteriores, iniciar el uso inmediato de mascarilla quirúrgica y comunicarse para una mayor orientación con la línea telefónica en Bogotá al 5893750 y para resto del país a la línea gratuita nacional 018000-960020.

MANEJO DE ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PERSONAL - AISLAMIENTO

Domiciliario- cuidador

- Los niños mayores de 3 años desde el inicio de su sintomatología respiratoria deben usar tapabocas.

- El cuidador debe usar tapabocas bien ajustado que cubrir boca y nariz y cambiarlo diariamente, una vez este mojada o sucia y desecharse en la bolsa de residuos. Al retirarlo evite tocar su parte frontal. Una vez retirado realice higiene de manos.

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN EN ÁREAS DE AISLAMIENTO

- Los baños, cocinas y comedores se deben limpiar mínimo una vez al día. Previo retiro del polvo y suciedad use desinfectantes tipo hipoclorito de sodio de uso doméstico (clorox), dejarlo en contacto con las áreas mínimo 10 minutos y después retirarlo con un paño limpio. Cuando los superficies sean de aluminio, aplicar alcohol al 70% (no se debe retirar). Los paños de limpieza deben estar limpios.

- La ropa, sábanas y toallas del enfermo deben separarse y lavarse a mano con agua y jabón ordinario, o a máquina a 60-90 °C con detergente ordinario, y dejarse secar por completo. La ropa sucia no debe sacudirse y se debe evitar que entre en contacto directo con la piel. Usar delantal plástico, guantes domésticos o guantes desechables.

- Si se usan guantes plásticos domésticos, después de su uso los guantes deben lavarse con agua y jabón y descontaminarse con una solución de hipoclorito de sodio al 0,5% (clorox). Antes y después de quitarse los guantes se deben aplicar medidas de higiene de manos.

MANEJO DE RESIDUOS EN ÁREAS DE AISLAMIENTO

- Los residuos usados por el paciente como guantes, tapabocas y pañuelos desechables o de tela se manejarán de manera separada de los demás residuos. Dejar en la habitación un contenedor de pedal con bolsa negra, la cual una vez alcance sus $\frac{3}{4}$ partes de llenado debe ser cerrada antes de salir de la habitación y ser introducida en una segunda bolsa negra marcada como "residuos infecciosos". No olvide usar tapabocas y guantes

- Por ningún motivo los residuos del paciente deben mezclarse con residuos aprovechables (bolsa blanca), residuos orgánicos (bolsa verde) o en bolsa diferente al color negro.

