Boletín externo No. 25

Voces Saludables

Febrero - mayo 2020

2 Acerca del nuevo coronavirus

4 Visitas **hospitalización en contingencia por Covid-19**

6 Grandes **donantes**

11 Botellitas **de amor**

14 Recordemos el **lavado de manos**

HOSPITAL INFANTIL UNIVERSITARIO DE SAN JOSÉ

Acerca del nuevo coronavirus

Por: Ministerio de Salud

Los coronavirus (CoV) son virus que surgen periódicamente en diferentes áreas del mundo y que causan Infección Respiratoria Aguda (IRA), es decir gripa, que pueden llegar a ser leve, moderada o grave.

El nuevo Coronavirus (COVID-19) ha sido catalogado por la Organización Mundial de la Salud como una emergencia en salud pública de importancia internacional (ESPII). Se han identificado casos en todos los continentes y, el 6 de marzo se confirmó el primer caso en Colombia.

La infección se produce cuando una persona enferma tose o estornuda y expulsa partículas del virus que entran en contacto con otras personas.

¿Cuáles son los signos y síntomas?

Los signos y síntomas clínicos de esta enfermedad pueden ser leves, moderados o severos y son semejantes a los de otras infecciones respiratorias agudas – IRA-, como fiebre, tos, secreciones nasales y malestar general. Algunos pacientes pueden presentar dificultad para respirar.

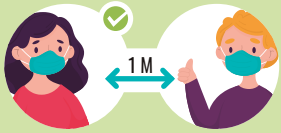
- **Fiebre de difícil control, mayor a 37,5° y por más de 3 días.**
- **Tos.**
- **Dificultad para respirar.**
- **Fatiga.**
- **Malestar general**
- **Secreciones nasales.**

>>>

EN ÉPOCA DE COVID-19

¿Cómo prevenirlo?

La medida más efectiva para prevenir el COVID-19 es lavarse las manos correctamente, con agua y jabón. Hacerlo frecuentemente reduce hasta en 50% el riesgo de contraer coronavirus. De igual manera, se recomiendan otras medidas preventivas cotidianas para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, como:



Evita el contacto cercano con personas enfermas.

Al estornudar, cúbrete con la parte interna del codo.

Si tienes síntomas de resfriado, quédate en casa y usa tapabocas.

Limpiar y desinfectar los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.

Ventila tu casa.

¿Cuáles son las medidas de prevención?

Para la comunidad La principal forma de prevenirlo es evitar el contacto con personas que han sido diagnosticadas con el virus. Así mismo, es importante seguir las siguientes recomendaciones:

- Lave sus manos frecuentemente durante el día.
- Use tapabocas si tiene tos, fiebre u otros síntomas de resfriado.
- Si está con personas con gripa que no tienen tapabocas, úselo usted.
- Estornude en el antebrazo o cubriéndose con pañuelos desechables, nunca con la mano.
- Evite asistir a sitios de alta afluencia de personas si tiene tos, fiebre, secreción nasal y otros síntomas como dolor de garganta, dolor de cabeza o dolores musculares.
- Ventile los espacios de casa y oficina.
- Consulte a su médico si presenta alguno de los siguientes síntomas: respiración más rápida de lo normal, fiebre de difícil control por más de dos días, si el pecho le suena o le duele al respirar, somnolencia o dificultad para despertar, ataques o convulsiones, decaimiento o deterioro del estado general en forma rápida.
- Llame a la línea nacional 018000955590 o desde un celular al 192 para reportar sospechas de coronavirus.
- Siga las recomendaciones de las autoridades nacionales y locales frente a la prevención del coronavirus (COVID - 19).

Visitas hospitalización en contingencia por Covid-19

Por: Consulta Externa

A partir del lunes 16 de marzo, el Servicio de **Hospitalización** se permiten informar que, como medida preventiva, se **permitirá solo un acompañante por paciente**. Se mantiene el **horario habitual** de visitas para pacientes hospitalizados de **10:00 a.m. a 8:00 p.m.**, sin embargo, **los horarios** de rotación dispuestos **para cambios de acompañante** o visitante **son los siguientes:**

Para el caso de acompañante del día los horarios son:

10:00 a.m. a 10:40 a.m.
1:00 p.m. a 1:40 p.m.
4:00 p.m. a 4:40 p.m

Para el caso de acompañante de la noche los horarios son:

8:00 p.m. a 8:40 p.m.
se permite ingreso
6:00 a.m. a 7:00 a.m.
cambio de acompañante.

Consulta externa y citas médicas con especialistas durante el Covid-19

Se recomienda a los pacientes con citas asignadas que presenten signos y síntomas de resfriado permanecer en sus casas y cancelar o trasladar su cita ingresando a la **sección de citas médicas de nuestra página web** **www.hospitalinfantildesanjose.org.co** o por medio de **WhatsApp - 315-8483076.**

Siguiendo los lineamientos y las recomendaciones del Ministerio de Salud en relación a las medidas de Aislamiento Preventivo Obligatorio, es importante cumplir con el distanciamiento social y **solo asistir a los servicios para atención de problemas de salud vitales.**

- Por lo tanto, **se recomienda a los pacientes con citas asignadas**, acceder a los canales de acceso telefónico y virtual para dar respuesta a sus solicitudes de cancelación y traslado de citas ingresando al siguiente a la página web **www.hospitalinfantildesanjose.org.co link** (https://www.hospitalinfantildesanjose.org.co/citas-medicas) o comunicándose al **whatsApp - 315-8483076**.

- Por lo tanto, se recomienda a los pacientes con citas asignadas, acceder a los canales de acceso telefónico y virtual para dar respuesta a sus solicitudes de cancelación y traslado de citas ingresando al siguiente a la página web www.hospitalinfantildesanjose.org.co link (https://www.hospitalinfantildesanjose.org.co/citas-medicas) o comunicándose al **whatsApp - 315-8483076**.

- Para pacientes crónicos con manejo y seguimiento estricto que requieran **ÚNICAMENTE reformulación de medicamentos**, se habilita el correo: **consulta.externa@hospitalinfantildesanjose.org.co**, para facilitar el acceso **a través de la herramienta virtual de tele - consulta.**

Si requiere información general sobre la situación actual por el coronavirus puede comunicarse a las líneas de atención del Ministerio de Salud a nivel nacional: 3305041- 018000955590

Recordemos que el compromiso es de todos en esta emergencia sanitaria, somos responsables de la protección para los pacientes, sus familias y el personal de salud

Grandes donantes

Por: Oficina de comunicaciones

Como parte del apoyo de la campaña #GraciasfamiliaSanJosé a nuestra Institución que trabaja de manera ardua durante esta pandemia, hemos recibido grandes y generosas donaciones que elevan la moral de nuestros valientes.

Frisby

Dunkin Donuts

Subway

Tostao

Nutribén

Lina´s

Colegio La Colina

Recicla pues

Huellitas de amor

Home Burguer

Algunos famosos se unen a nuestra campaña

Andrés Cepeda

Ana María Estupiñán.

Yaneth Waldman.

Andrés Acosta (GUSI).

Jorge Enrique Abello.

Todos nuestros donantes

En nombre de toda nuestra comunidad hospitalaria, queremos enviar un saludo de

agradecimiento por su generosa contribución.

En este momento
es cuando más lo necesitamos.

Juntos somos más fuertes

¡gracias!

- Frisby.
- Tostao.
- Dunkin Donuts.
- Subway.
- Home Burguer.
- Café don Amor.
- FUCS.
- Estudiantes FUCS.
- Recicla Pues.
- Linas.
- Una sonrisa que toque el alma.
- Fundación Huellitas de Amor.
- Verde limón_swimwear.
- Colegio la Colina.
- Nutriben.

DONA SANGRE, DONA VIDA

Para los interesados se agendarán espacios para que la carpa de donación pueda dirigirse hasta su sector, salir de uno en uno de manera segura y hacer su donación.
#Donemossangre #Donemosvida
#Manoscálidasyconfiables

HOSPITAL VERDE

Por: Gestora ambiental Milena Ortiz - Mantenimiento

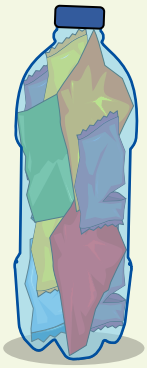
1 Botella de amor = 1 Ladrillo ecológico

Seguimos avanzando como Hospital Verde

Esto es lo que sucede actualmente

Cambiemos el chip, hagamos parte del cambio llenando "botellas de amor"

¿Cómo hacerlo?



1. Busca una botella plástica de cualquier tamaño.
2. Llena la botella con paquetes plásticos de galletas, papas, maní, dulces, snacks, etcétera.
3. Compacta el contenido de la botella.
4. Una vez llena la botella, colócala en el contenedor dispuesto en el área de bienestar.

"El viernes 8 de mayo recibimos una importante donación de botellas de agua.
¡Únete a esta campaña y ayúdanos a hacer parte del cambio!"

HOSPITAL INFANTIL UNIVERSITARIO DE SAN JOSÉ

Mayor información
Área de Mantenimiento
Tel:4377540 **Ext.** 5008

Manos cálidas y confiables

Recomendaciones de salud oral para los niños durante la pandemia

Bebe:

- Agua entre comidas.
- Leche y jugos con las comidas.

Come:

- Alimentos sanos como fruta, pescado, carne, vegetales, huevo y queso.

No bebas

- Gaseosas o jugos endulzados.

No comas

- Dulces y/o paquetes.

Cepíllate:

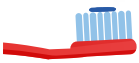
Mínimo dos veces al día con una crema con flúor.

Durante el cepillado

Lávate las manos antes de cepillarte los dientes.

Cepíllate los dientes al menos dos veces al día.

Con una crema con flúor.



La cantidad de crema para los menores de 3 años es como un grano de arroz.

La cantidad de crema con flúor para los mayores de 3 años es como una lenteja.

Informes:

Dra. Ana María Pulido.
Coordinadora del servicio de Odontología.
Especialista en odontología pediátrica.
Universidad El Bosque
Teléfono: 6609495.

Con el respaldo de

UNIVERSIDAD EL BOSQUE

Fuente:

IAPD

EN NUESTRO HOSPITAL

Por: Oficina de Atención al Paciente y su Familia

Nº. 1

¡En medio del aislamiento preventivo obligatorio es necesario que todos estemos atentos a **prevenir cualquier tipo de violencia en el hogar!**

Nada justifica las acciones violentas contra otros, recuerde siempre fomentar valores como la tolerancia y el respeto hacia los demás, especialmente hacia aquellos que son más vulnerables.

Recuerde que usted es el primer ejemplo para sus hijos e hijas, y que a través del control de las emociones y la búsqueda de otros métodos para resolver los conflictos, les está demostrando cómo actuar ante estas situaciones.

Respetar a los demás es clave para evitar situaciones conflictivas, recuerde que el respeto es base de relaciones humanas sanas.

Es muy probable que se presenten conflictos entre hermanos, el permanecer todo el tiempo en el mismo espacio afectar a otros.

Póngase en los zapatos del otro, el ejercicio de valores como la empatía va a permitir comprender las diversas situaciones que están atravesando las otras personas.

Pensar en los otros, también supone acatar las normas de convivencia establecidas y acordadas en los lugares donde vivimos.

Proteja a los niños, niñas, adolescentes y mujeres, recuerde que ante situaciones de violencia contra esta población existen canales para hacer la denuncia y generar medidas de protección.

Cuando el conflicto se ha hecho manifiesto opera la resolución. En todos los casos, se requerirán personas que ayuden a facilitar el diálogo y prevengan que las partes lleguen a considerar la violencia como camino.

¡Cuidémonos y promovamos la vida en casa libre de cualquier tipo de violencia!

Sea solidario, recuerde que momentos como este definen el tipo de persona que somos.

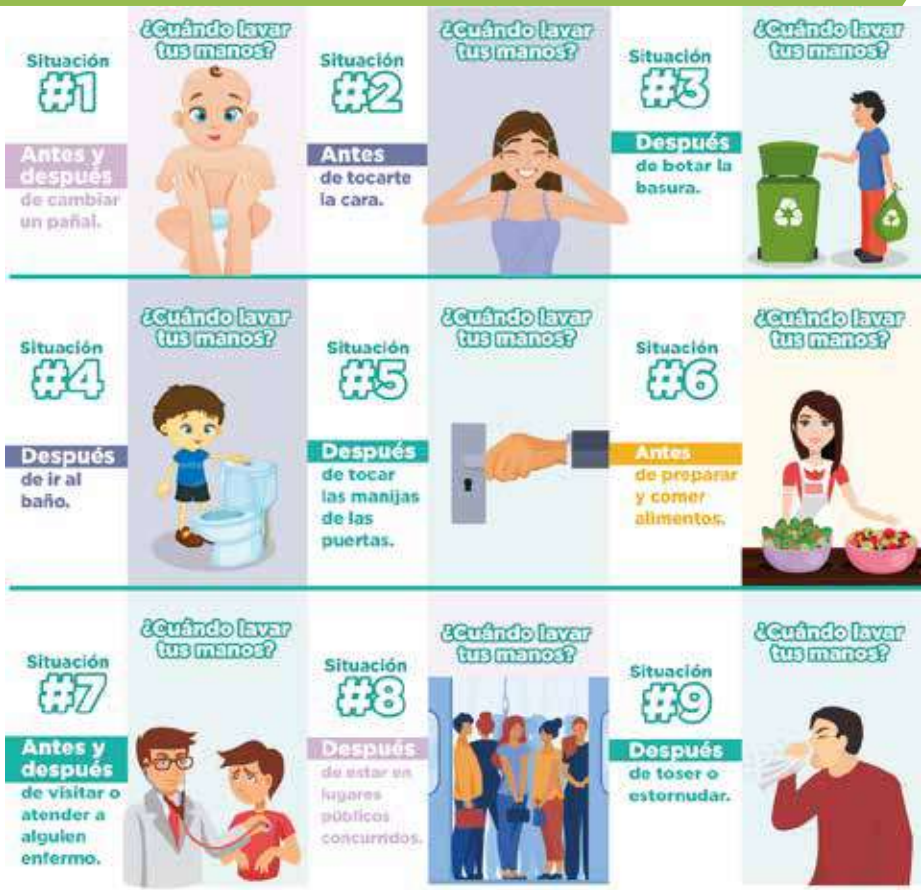
No se olvide del cuidado y protección de los adultos mayores, permítales expresarse y escúchelos, la indiferencia también es una forma de violencia.

Fuente: Boletín marzo 2020, Ministerio de Salud y Protección Social.

HOSPITAL INFANTIL UNIVERSITARIO DE SAN JOSÉ

¿Sábes cuándo lavar tus manos?
¡Te recordamos cuando!

Por: comité de infecciones



SALVAR VIDAS

es una **gran decisión**

- Medicina
  SNIES: 5116
- Fisioterapia
  SNIES: 107572
- Enfermería
  SNIES: 1769
- Instrumentación Quirúrgica
  SNIES: 4340
- Psicología
  SNIES: 55035
- Administración de Servicios de Salud (Tec+Teg=Pro)
  SNIES: 106945. SNIES: 107065. SNIES: 106944
- Citohistología
  SNIES: 4937
- Atención Prehospitalaria
  SNIES: 90754

Estudia en la FUCS y haz parte del equipo de valientes que ponen su conocimiento y vocación **al servicio de la Salud de la humanidad.**

Mayor información:

Línea de atención al aspirante: 437 54 01
Línea gratuita nacional: 01 8000 113827
Email: informacion@fucsalud.edu.co

www.fucsalud.edu.co

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA DE CIENCIAS DE LA SALUD
FUCS
Vigilada Mineducación

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL EN ALTA CALIDAD
Resolución 013601 del 9 de diciembre del 2019

ACREDITACION EN SALUD

CONTÁCTENOS

www.hospitalinfantildesanjose.org.co
Cra. 52 No.67A-71 PBX: 4377540

Nuestras Redes Sociales:

Comité de Comunicaciones:

Dra. Laima Lucía Didziulis, Directora General - Dra. María Victoria Vanegas, Subdirectora Médica - Dr. Fernando de la Torre, Subdirector Administrativo y Financiero - Dra. Anayanci Córdoba, Coordinadora de Calidad - Dra. Sandra Piedad Barrera, Coordinadora Gestión Humana - Leidy Mayerly Hernández - Coordinadora de Sistemas, Equipo de Comunicaciones.