

Boletín Informativo

Manizales, 14 de agosto de 2024

Asunto: COVID y Otras Infecciones Respiratorias (14 de Agosto de 2024)

A pesar de una disminución en los casos reportados durante 2024, el riesgo de contraer COVID-19 y otras infecciones respiratorias persiste en nuestra ciudad. Si bien el número de hospitalizaciones y casos graves ha disminuido en comparación con 2023, es crucial estar atentos y mantener medidas preventivas para el autocuidado.

En las últimas 8 semanas se ha presentado un promedio de 2 a 3 casos semanales; estos casos coinciden con una frecuencia esperada a nivel nacional, ya que COVID no dejó de existir; simplemente pasó a tener un comportamiento con tendencias fluctuantes; este año como en los anteriores, se presentan aumentos estacionales en las enfermedades respiratorias, para Manizales ha sido característico el de enero asociado a las festividades locales. La última muerte directamente ocurrida por COVID-19 de un residente de Manizales ocurrió en enero de 2024.

Además del COVID-19, otros virus respiratorios como la influenza, el VRS, adenovirus y el rinovirus circulan en nuestra región.

El AUTOCUIDADO:

Para protegerse usted y a su familia de estas enfermedades, ponga en práctica estas pautas simples pero efectivas:

1. El lavado frecuente de manos: Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Las manos son vehículo de transporte de virus y bacterias entre el medio ambiente y la cara y mucosas de las personas.
2. La etiqueta respiratoria: Cubrirse la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar, o usar la parte interior del codo, disminuye la propagación de los virus entre personas y en el aire alrededor de quien estornuda o tose. Los pañuelos desechables, efectivamente deséchelos, no les de uso indefinido.



**ALCALDÍA
DE MANIZALES**
Secretaría de Salud
Pública

Boletín Informativo

Manizales, 24 de julio de 2024

3. El distanciamiento físico: Mantenga una distancia segura de otras personas, especialmente en lugares concurridos; menos proximidad es menos probabilidad de contagio.

4. La Vacunación: Manténgase al día con sus vacunas contra el COVID-19 y la influenza; este es el pilar fundamental del autocuidado.

5. El uso de mascarilla: Considere usar una mascarilla en lugares concurridos o con poca ventilación, especialmente si tiene un alto riesgo de enfermarse gravemente. Si tiene síntomas respiratorios use mascarilla.

6. La ventilación de los espacios de la vida cotidiana: Es útil mejorar la ventilación en espacios interiores abriendo ventanas y puertas siempre que sea posible; la adecuada ventilación remueve del ambiente los virus.

7. Evite las aglomeraciones: Limite la asistencia a espacios públicos concurridos para reducir el riesgo de contagio.

8. Autoaislamiento: Si presenta síntomas, es esencial aislarse para evitar contagiar a otros; use mascarilla.

No existe un mandato obligatorio de uso de mascarilla como antes, pero es recomendable para personas mayores de 60 años con comorbilidades, especialmente en el transporte público y en entornos sanitarios de clínicas y/o hospitales.

De otro lado, los cambios rápidos de temperatura y humedad pueden aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades respiratorias. Las personas con afecciones médicas subyacentes, como EPOC o asma, o niños con hiperreactividad bronquial deben tomar precauciones para protegerse.

Con síntomas respiratorios, es importante estar alerta a ciertos signos y síntomas de alarma que indican la necesidad de consultar con un médico o acudir a un servicio de urgencias:



**ALCALDÍA
DE MANIZALES**
Secretaría de Salud
Pública

Boletín Informativo

Manizales, 24 de julio de 2024

Dificultad para respirar (sensación de falta de aire, dificultad para respirar o sensación de opresión en el pecho), Dolor en el pecho (especialmente si se acompaña de dificultad para respirar), confusión o desorientación, Cianosis (coloración azulada de los labios o el rostro “está morado”), Fiebre alta persistente. Si usted o su familiar presenta alguno o varios de estos síntomas, es vital buscar ayuda médica de inmediato para evitar complicaciones.

En conclusión, aunque no hay pandemia de COVID-19 ahora, es importante seguir siendo cautelosos y continuar practicando medidas preventivas, ya que existen además otros virus respiratorios. Las medidas mencionadas aplican para todas las infecciones respiratorias.

DAVID EDUARDO GÓMEZ SPRINGSTUBE

Secretario de Despacho

Secretaría de Salud Pública



**ALCALDÍA
DE MANIZALES**
Secretaría de Salud
Pública