



**POLICÍA NACIONAL  
DIRECCIÓN DE SANIDAD**

Informativo  
Frecuencia  
**Saludable** 

- ★ Editorial
- ★ Tips saludables
- ★ En cifras
- ★ Así avanzamos
- ★ Momentos saludables
- ★ Estemos al día



# Editorial

En el contexto que actualmente atraviesa el país, la Dirección de Sanidad ha venido fortaleciendo su capacidad instalada y servicios de salud a través de estrategias gerenciales y asistenciales tendientes a contener y mitigar la propagación del COVID-19, para lo cual además del presupuesto asignado al Subsistema de Salud de la Policía Nacional en la vigencia 2020, se cuenta con una adición de recursos específicos otorgada por el Gobierno Nacional, cuya destinación se describirá en la sección *"en cifras"*.

Una de las estrategias que contribuye a controlar el gasto y mejorar la atención de nuestros pacientes, es la puesta en marcha de la Central de Autorización de Urgencias encargada de gestionar las atenciones en la red contratada a nivel nacional las 24 horas, sobre la cual profundizaremos en la sección *"Así avanzamos"*.

De igual forma, queremos destacar en esta edición, la articulación de capacidades con Aviación Policial para la realización de los traslados aeromédicos en cualquier parte del territorio nacional.

Finalmente, recuerde que está en manos de todos prevenir el contagio de Coronavirus, no bajemos la guardia y manténgamos las medidas de autocuidado que aquí presentamos.

**Brigadier General JULIETTE GIOMAR KURE PARRA**  
**Directora de Sanidad**

# Patologías que aumentan el riesgo

Quienes tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones en su salud al ser contagiados por COVID-19 no son únicamente los adultos mayores de 70 años, también las personas de cualquier edad que presenten las siguientes comorbilidades:



Diabetes



Obesidad



Desnutrición



Cáncer



Tabaquismo



VIH u otra inmunodeficiencia



Enfermedad respiratoria crónica



Hipertensión arterial



Uso prolongado de esteroides



Insuficiencia renal



Enfermedad cerebrovascular



Enfermedades autoinmunes



Enfermedades cardiovasculares

**Por ello es importante mantener todas las medidas de autocuidado, así podemos prevenir consecuencias letales.**

# Aislarnos para no separarnos

El Coronavirus se transmite fácilmente a través de pequeñas gotas que las personas expulsan al respirar, hablar, toser o estornudar, es por esta razón que la forma más efectiva de prevenir el contagio es ser disciplinados con las medidas de protección:



No se toque la cara.



Mantenga dos metros de distancia con las demás personas.



Lave sus manos con agua y jabón, mínimo durante 20 segundos.



## Use correctamente el tapabocas:

Evite errores como:



Ponérselo sin lavarse las manos.



Tocar la parte interna y central del tapabocas.



Descubrirse la nariz.

Quitárselo o ponérselo con frecuencia.

Dejar espacios de aire entre la cara y el tapabocas.

**#QuédateEnCasa**

## Medidas de prevención al salir de casa durante la emergencia por COVID-19



**1.** No salir a la calle si no es absolutamente necesario, si debe hacerlo use correctamente el tapabocas y lávese las manos constantemente.



**4.** Obedecer los protocolos en establecimientos comerciales, al usar transporte público o particular, en cualquier lugar de la ciudad.



**6.** No perjudique su salud ni la de su familia, especialmente si algún miembro pertenece a la población de riesgo por su edad o sus antecedentes médicos.

**2.** No tocar objetos o superficies en la calle.



**5.** Al volver a casa, realizar la limpieza de zapatos, cambiarse de ropa y de ser posible darse una ducha. En caso de no ducharse, lavarse las manos así como todas las zonas del cuerpo que estuvieron expuestas: cara, brazos, codos, muñecas, rodillas, piernas, etc.



**3.** No reunirse en espacios cerrados con personas que no convivan con usted.

### Cuando se respeta el distanciamiento físico, entre todos logramos:

- Aplanar la curva de contagios.
- Evitar que el sistema de salud se sature.
- Cuidar la salud de las personas con las que vivimos.
- No ser una fuente de contagio.

## Aportes del Gobierno y destinación de recursos específicos frente al COVID-19

En las ediciones anteriores (12, 13 y 14) del *Boletín Frecuencia Saludable*, les dimos a conocer los avances en adecuación de instalaciones y fortalecimiento de los servicios de salud, tales como la ampliación de unidades de cuidados intensivos, acondicionamiento del laboratorio clínico, implementación de software para análisis de hallazgos sospechosos de COVID-19, incremento de la capacidad instalada en Pereira y fortalecimiento del Programa Médico Domiciliario POMED, entre otros, los cuales hacen parte de las diferentes estrategias orientadas a contener, mitigar y desacelerar la propagación del virus,

proteger grupos de riesgo, generando planes de contingencia en cada una de las unidades prestadoras de salud a nivel nacional y aplicando los protocolos de bioseguridad.

Para ello, además del presupuesto asignado al Subsistema de Salud de la Policía Nacional para el 2020, que corresponde a un **billón doscientos setenta y cuatro mil millones de pesos**, contamos con una adición de **setenta mil millones** que se están ejecutando para fortalecer los siguientes aspectos:

- Servicios de atención en salud y hospitalarios.
- Unidades de cuidados intensivos.
- Adquisición de equipos médicos.
- Insumos y mobiliario hospitalario.
- Oxígeno medicinal.
- Pruebas rápidas y pruebas PCR para COVID-19.
- Transporte de muestras al laboratorio.
- Medicamentos.
- Contratación de personal profesional de la salud.
- Ampliación de atención domiciliaria y elementos de protección.

## Articulación de capacidades para traslado de pacientes COVID-19



Aviación Policial adecuó un avión ambulancia dotado con equipos biomédicos en coordinación con Salud Operacional de la Dirección de Sanidad, que permite el traslado aéreo de los pacientes diagnosticados con COVID-19, siguiendo todos los protocolos de bioseguridad para proteger tanto a los pacientes como a la tripulación.

La aeronave presurizada tipo FAIRCHILD C-26 METROLINER cuenta con:

- Una tripulación médica conformada por 1 médico especialista, 1 terapeuta respiratorio, 1 enfermero profesional y 3 auxiliares de enfermería.
- Capacidad para atender dos pacientes de forma simultánea.
- Barreras de bioseguridad que aíslan la tripulación del personal médico (cabina especial).
- Autonomía de 6 horas de vuelo.

## Nueva Central de Autorización de Urgencias



Con la puesta en marcha de este sistema, que antes funcionaba en cada región y que ahora funciona de manera **centralizada**, se logra:

- Garantizar la accesibilidad al servicio de urgencias en la red externa durante las 24 horas.
- Asegurar un mayor control del gasto por el rubro de urgencias.
- Realizar la trazabilidad de la información en el registro de atenciones de urgencias.
- Identificar los principales requerimientos en salud de los usuarios en el servicio de urgencias con el objetivo de ajustar la implementación de las rutas de mantenimiento de la salud.
- Identificar las brechas en la red de atención de urgencias.
- Establecer la clasificación de los usuarios de acuerdo a la urgencia médica por medio del Triage.
- Realizar seguimiento a la atención inicial de urgencias por medio de concurrencia y auditoría médica.

La Dirección de Sanidad se unió a la conmemoración del día mundial del Cáncer de Próstata brindando información relevante y consejos de prevención sobre esta enfermedad.

## Día mundial del Cáncer de Próstata

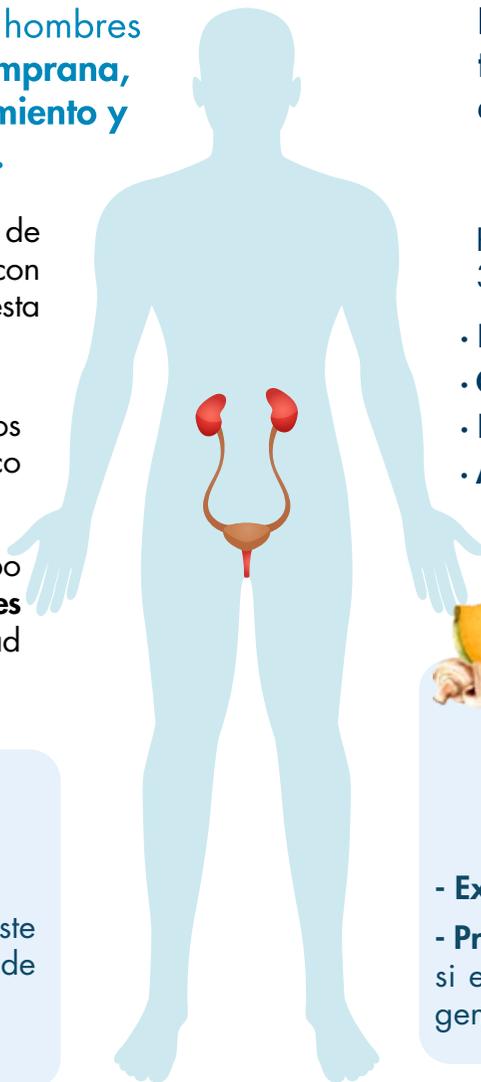


Es de suma importancia que los hombres se involucren en la **detección temprana, diagnóstico, tratamiento, seguimiento y rehabilitación urológica.**

En Colombia al año se presentan más de 12.000 casos de cáncer de próstata, con cerca del 25% de muertes por esta enfermedad.

La **vergüenza y el pudor** son prejuicios que pueden impedir un diagnóstico precoz de este tipo de cáncer.

La detección y tratamiento a tiempo pueden **significar altas probabilidades de curación**, según la Sociedad Americana del Cáncer.



El cáncer de próstata representa el tipo de cáncer más diagnosticado en hombres.

### ¿CÓMO PREVENIRLO?

Reduce su aparición hasta en un 30% aproximadamente:

- Hacer ejercicio
- Consumir frutas y verduras en suficiencia
- No fumar
- Acudir a la asistencia médica preventiva



### TAMIZAJE PREVENTIVO

- Examen médico con tacto rectal.
- Prueba sanguínea, que puede revelar si existen resultados elevados de Antígeno Prostático Específico (PSA).



### FACTORES DE RIESGO

- Luego de los **45 años** de edad existe un mayor riesgo de aparición de cáncer de próstata.
- Antecedentes familiares.

Fuentes: OMS y Minsalud.

# Estemos al día

“Hay un sentido de corresponsabilidad y no tenerlo puede generar efectos negativos”.

<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Hay-un-sentido-de-corresponsabilidad-y-no-tenerlo-puede-generar-efectos-negativos.aspx>

La OMS acoge con satisfacción los resultados de un ensayo sobre Dexametasona en el tratamiento de pacientes con COVID-19 en estado crítico.

<https://www.who.int/es/news-room/detail/16-06-2020-who-welcomes-preliminary-results-about-dexamethasone-use-in-treating-critically-ill-covid-19-patients>

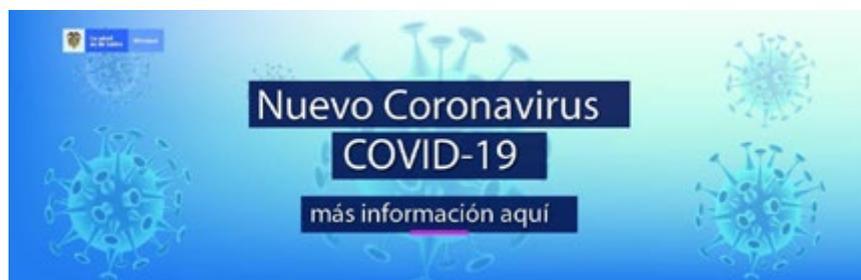
¿Cómo evitar la fatiga de precaución?

<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Como-evitar-la-fatiga-de-precaucion.aspx>

## Manténgase al día con toda la información acerca del Coronavirus COVID-19

Encuentre todas los documentos técnicos, directivas, guías, circulares, emitidas por el Ministerio de Salud y Protección Social en la página web:

<https://d2jsqrio60m94k.cloudfront.net/>



**Consulte aquí** las ediciones anteriores del Informativo Frecuencia Saludable



**Ed. 14**



<https://bit.ly/2Vi106d>

**Ed. 13**



<https://bit.ly/2ZKJIBF>

**Ed. 12**



<https://bit.ly/2XBclsZ>

**Siga también nuestras redes sociales en:**



**Facebook**

@policianacionaldeloscolombianos



**Twitter**

@PoliciaColombia



**Página web**

[www.policia.gov.co/disan](http://www.policia.gov.co/disan)

**Dirección de Sanidad  
Comunicaciones Estratégicas**