

 **ColSanitas**
Sanitas Internacional

 **MediSanitas**
Sanitas Internacional



**HAY MÁSCARAS
QUE NO SON UN JUEGO**

PROTEGE A TUS HIJOS
DE LA ENFERMEDAD
RESPIRATORIA AGUDA.

 **ColSanitas**
Sanitas Internacional

 **MediSanitas**
Sanitas Internacional



Las Enfermedades Respiratorias Agudas (ERA) son un grupo de enfermedades del aparato respiratorio, causadas por diferentes microorganismos como virus y bacterias, que comienzan de forma repentina y duran menos de 2 semanas. La mayoría de estas infecciones como el resfriado común son leves, pero pueden complicarse y llegar a amenazar la vida, como en el caso de las neumonías y las bronquiolitis. Las complicaciones suelen ser más frecuentes en niños menores de 5 años y en ancianos.

Punto de atención	Horarios de lunes a viernes	Horarios sábados domingos y festivos	Dirección	Teléfono
HOSPITAL DEL SUR TRINIDAD GALÁN	24 horas	24 horas	Cra. 60 # 4 - 15	CAMI 2607876 - 4478004 Sede administrativa: 7560505
HOSPITAL DE SUBA CAMI SUBA	7 a.m. - 4:30 p.m.	Sábados 7 a.m. - 1 p.m.	Cra. 92 # 147 C - 20	6621111 Extensión: 7004
HOSPITAL DE SUBA CAMI PRADO VERANIEGO	24 horas	24 horas	Cil. 128 A # 53 A - 17	6621111 Extensión: 7107
HOSPITAL DE SUBA CAMI LA GAITANA	24 horas	24 horas	Cra. 116 C # 133 - 18	6621111 Extensión: 7211
HOSPITAL PABLO VI BOSA	24 horas	24 horas	Cra. 78 bis # 69 B - 70 sur	7799800 Extensión: 37450
HOSPITAL PABLO VI BOSA UPA PIAMONTE	7 a.m. - 4 p.m.	Sábados 7 a.m. - 4 p.m. Domingos y festivos 7 a.m. - 12 m.	Cil. 68 sur # 78 H - 20	7799800 Extensión: 18421
HOSPITAL PABLO VI BOSA UPA OLARTE	6 a.m. - 7 p.m.	Sábados 7 a.m. - 4 p.m.	Cra. 72 bis # 57 - 13 sur	7874004 Extensión: 7465 - 12158
HOSPITAL PABLO VI BOSA UPA CABAÑAS	7 a.m. - 7 p.m.	Sábados 7 a.m. - 7 p.m. Domingos y festivos 7 a.m. - 12 m.	Cil. 57 sur # 110 A - 29	7799800 Extensión: 18582 - 14487
SOCIEDAD DE CIRUGÍA DE BOGOTÁ HOSPITAL SAN JOSÉ	24 horas	24 horas	Cil. 134 # 7 B - 41	3538000 Extensión: 131
CLÍNICA UNIVERSITARIA EL BOSQUE	24 horas	24 horas	Cil. 10 # 18 - 75	6499300 Extensión: 2334 - 2371
HOSPITAL SAN CRISTÓBAL CAMI ALTAMIRA	24 horas	24 horas	Cra. 12 A este # 42 - 32 sur	3728817
HOSPITAL SAN CRISTÓBAL UPA PRIMERO DE MAYO	7 a.m. - 4 p.m.	Sábados, cada 15 días 7 a.m. - 4 p.m.	Cil. 20 sur # 8 A - 58	3720313
HOSPITAL SAN CRISTÓBAL UPA LA VICTORIA	7 a.m. - 4 p.m.	No hay atención	Dg. 35 este # 35 - 00 sur	2071500
HOSPITAL DEL SUR CAMI PATIO	7 a.m. - 4:30 p.m.	No hay atención	Dg. 38 sur # 82 - 80	CAMI 4547018 - 4021115 Sede administrativa: 7560505

SALAS ERA MEDICINA PREPAGADA

Punto de atención	Dirección
Clínica Reina Sofía*	Carrera 31 # 125 A – 37
Clínica Universitaria Colombia	Calle 23 B # 66 – 46
Clínica del Country*	Carrera 16 # 82 - 57
Clínica de La Mujer	Carrera 19 C # 91 – 17
Clínica De Marly	Calle 50 # 9 – 67
Clínica El Bosque	Calle 134 # 7 B – 41

*Exclusivo para usuarios Colsanitas.

Adicionalmente si usted también está afiliado a **EPS Sanitas** podrá consultar en las siguientes instituciones:

Punto de atención	Horarios de lunes a viernes	Horarios sábados domingos y festivos	Dirección	Teléfono
UAP SANTA BARBARA	7 a.m. - 7 p.m.	Sábados 7 a.m. a 1 p.m.	Av. Cra. 45 (Auto. Norte) # 123 - 14	6466060 Extensión: 5719699
UAP DE LA CALLE 80	7 a.m. - 7 p.m.	Sábados 7 a.m. a 1 p.m.	Cra 89 A # 79 - 51 piso 4	895477 Extensión: 5718333
UAP TEUSAQUILLO	7 a.m. - 7 p.m.	Sábados 7 a.m. a 1 p.m.	Av. Cra. 14 # 42 - 66	6466060 Extensión: 1819680
CLÍNICA NICOLÁS DE FEDERMAN	7 a.m. - 4:30 p.m.	No hay atención	Cll. 58 A # 37 - 10	2224923
CLÍNICA SAN RAFAEL	24 horas	24 horas	Cra. 8 # 17 - 45 sur	3282300 - 3282350 Extensión: 291
CLÍNICA JUAN CORPÁS	24 horas	24 horas	Cra. 111 # 157 - 45	6865000 Extensión: 334
CLÍNICA UNIVERSITARIA COLOMBIA	24 horas	24 horas	Cll. 22 B # 66 - 46	7428383
HOSPITAL SAN JOSÉ INFANTIL	24 horas	24 horas	Cra. 52 # 67 A - 71	2088338



¿Cómo evito que mi hijo, mi abuelo o yo nos enfermemos?

- El correcto lavado de manos es la menor forma de prevenir el contagio. Se puede usar gel alcoholado si no se dispone fácilmente de un lavamanos.
- Mantener el esquema completo de vacunación especialmente en niños menores de cinco años, adultos mayores de 60 y personas con enfermedades crónicas o que alteren sus defensas.
- No fumar.
- Recibir lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses y continuarla hasta los 2 años.
- Evitar el contacto con personas con gripa.
- Los enfermos deben utilizar tapabocas y lavarse bien las manos.
- Cuando salga a cambios bruscos de temperatura, protéjase y proteja al niño cubriendo la nariz y la boca.
- Cuando tosa o estornude cúbrase la boca y nariz con un pañuelo desechable o con la cara interna del brazo. Enseñe a su hijo a hacerlo.

¿Cómo nos cuidamos en casa si estamos enfermos?



En cualquier edad:

- Mantenga su nariz limpia con suero fisiológico o agua. La higiene nasal puede hacerse con spray o con jeringa sin aguja.
- La hidratación es la clave para controlar la enfermedad y evitar así mayores complicaciones.
- Para aliviar la tos y el dolor de garganta use bebidas aromáticas o té endulzadas. Si es mayor de dos años suminístrele miel.
- No suministre medicamentos, antibióticos o jarabes para la tos a menos que sean formulados por el médico. Cumpla las recomendaciones que le den.
- Protéjase de cambios bruscos de temperatura. También protéjase de la exposición al humo del cigarrillo.
- Todos deben lavarse frecuentemente las manos.

¿Quiénes son candidatos a las salas ERA?

- Es mayor de 2 meses y menor de 5 años.
- Tiene tos, congestión y fiebre.
- Tiene dificultad leve para respirar (respiración rápida, ruidos al respirar).
- No tiene vómito.
- Está en capacidad de ingerir líquidos.
- Está alerta.

SALAS ERA

Son áreas en las Unidades de Atención Primaria (UAP) y en otras instituciones de salud destinadas para la atención de pacientes menores de 5 años con ERA (Enfermedad Respiratoria Aguda, que incluye infecciones respiratorias o crisis de enfermedades respiratorias recurrentes como el asma). Los niños no permanecerán en esta sala más de 4 a 6 horas ya que estos son servicios ambulatorios no hospitalarios. En las Salas ERA los niños reciben los esquemas de tratamiento, educación necesarios y estandarizados para la atención de ERA.



En niños:

- Si todavía recibe leche materna, ofrécasela con mayor frecuencia.
- Aliméntelo normalmente, aumentando los líquidos; como puede tener poco apetito déle alimento en pequeñas cantidades, más veces al día.
- Manténgalo con ropa cómoda y fresca.
- No use alcohol para bajarle la fiebre.
- Observe su respiración y esté alerta si respira más rápido de lo normal.
- En los niños menores de 3 meses la fiebre o temperatura muy baja son signos de peligro que obligan a consultar de inmediato.



Signos de alarma

Los siguientes son signos de peligro que anuncian una enfermedad grave y obligan a asistir de inmediato a un servicio de urgencias:

- Empeora o no se ve bien.
- Presenta respiración más rápida de lo normal o dificultad para respirar.
- Presenta cianosis (color morado en piel y labios).
- Se le hundén las costillitas al respirar.
- No puede beber ni tomar el pecho.
- Vomita todo o no come nada.
- Presenta convulsiones o alteración de la conciencia.
- Fiebre o temperatura baja en menores de 2 meses.