



SANIDAD MILITAR LO INVITA A TENER ENCUENTA LOS POSIBLES EFECTOS OCASIONADOS POR LA OLA INVERNAL

«Un Equipo Humano al Servicio de la Salud»

Comando General
de las Fuerzas
Militares

Dirección General
de Sanidad Militar

La Dirección General de Sanidad Militar desde la Subdirección de Salud—Salud Ambiental, Informa a sus usuarios sobre recomendaciones para tener en cuenta ante los diferentes cambios del clima y los posibles efectos en salud esperados, de acuerdo a las predicciones climáticas realizadas por el Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales - IDEAM, en la primera temporada de lluvias del año en las regiones Andina, Caribe y Pacífica.



Las alertas pueden ser consultadas por municipio en el mapa interactivo, publicado en la página del IDEAM en BOLETINES, AVISOS Y ALERTAS.

RECOMENDACIONES GENERALES PARA LA COMUNIDAD



No arrojar basuras ni escombros en quebradas, ríos y calles.



Estar atentos a los comunicados e información emitida por el IDEAM y las demás autoridades locales y municipales de emergencia.



Disponer y compartir con los familiares y vecinos de los números telefónicos de los organismos de respuesta municipales.



Tener a la mano un maletín con copia de los documentos de identidad de cada uno de los integrantes del núcleo familiar, prendas de vestir de recambio, alimentos enlatados, agua, silbato, un radio con pilas y una linterna.



Protegerse de la lluvia con paraguas o impermeable y salir abrigado para evitar resfriados.



Conocer y revisar los planes de emergencia, las rutas de evacuación y los puntos de encuentro.

Subdirección de
Salud

Boletín
Informativo 001
Abril 27 de 2022



«La Victoria es de Todos»

RECOMENDACIONES PARA REDUCIR EL RIESGO DURANTE LA OLA INVERNAL

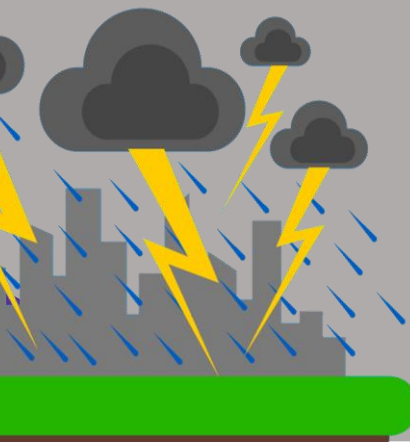


ANTE LA POSIBILIDAD DE CRECIENTES SÚBITAS

- Se recomienda estar atentos a las alertas hidrológicas.
- Se aconseja no acercarse a las márgenes de los ríos y no cruzarlos cuando se presenten lluvias fuertes

ANTE DESLIZAMIENTOS DE TIERRA EN ZONAS INESTABLES

- Esté atento al estado de las vías.
- Identificar las áreas con amenazas por deslizamientos o derrumbes.
- Si el deslizamiento es en una carretera, es necesario informar a las autoridades y conductores para ponerlos en alerta. También es importante evitar el tránsito en zonas de alta pendiente.



ANTE TORMENTAS ELÉCTRICAS, VIENTOS FUERTES O VENDA VALES

- Buscar un refugio seguro.
- No exponerse en zonas abiertas, debajo de árboles y estructuras metálicas altas, toda vez que podrían ser objeto de descargas.
- Evitar actividades deportivas en áreas abiertas en el momento de tempestades.
- Asegurar y revisar el estado de los tejados y de estructuras elevadas que puedan colapsar en un momento dado por causa de vientos fuertes, por encima de lo normal.
- Adelantar labores de limpieza de techos, canales bajantes y sumideros.

POSIBLES EFECTOS EN LA SALUD

En consecuencia, se pueden presentar inundaciones, afectación en el suministro del agua potable en algunas zonas del país, bajas temperaturas, entre otros, lo que propicia la aparición de enfermedades, a continuación se relacionan las más predominantes y las recomendaciones que puede realizar:



EN TERRITORIOS DONDE SE PRESENTAN INUNDACIONES ES POSIBLE LA APARICIÓN DE ROEDORES Y POR LO TANTO LA TRANSMISIÓN DE ENFERMEDADES COMO LA LEPTOSPIROSIS, PARA EVITARLA TENGA EN CUENTA:



- Lave correctamente los alimentos previo consumo
- Mantenga buenos hábitos de higiene en general
- No camine descalzo
- Drene el agua estancada
- Tenga un buen manejo de los residuos sólidos (basuras)

DURANTE LA TEMPORADA DE LLUVIAS EN ZONAS CON ABUNDANTE VEGETACIÓN LAS SERPIENTES PUEDEN SALIR DE SUS MADRIGUERAS PARA MANTENERSE SECAS, POR LO TANTO, TENGA EN CUENTA:

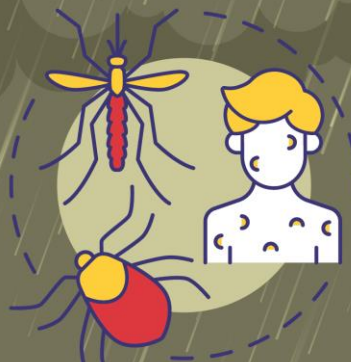


- Use ropa y calzado apropiado (botas de caña alta)
- Revise maletas, morrales o elementos de campaña que hayan quedado abiertos o en contacto con sitios de riesgo
- Tenga cuidado al manipular leña, escombros o rastrojos
- De ser posible utilizar bastón en lugares donde sospeche la presencia de serpientes

#AlServicioDe
NuestrosHéroes



EL ESTANCAMIENTO DE AGUAS LLUVIAS PUEDE CONVERTIRSE EN CRIADEROS DE MOSQUITOS TRANSMISORES DE DENGUE, CHIKUNGUÑA, ZIKA O MALARIA, POR LO TANTO, TENGA EN CUENTA:



- Elimine todos los criaderos donde se pueden reproducir los mosquitos.
- Haga un correcto almacenamiento de agua, mantenga los tanques limpios y con tapa
- Use de toldillos
- Use repelente y ropa cubierta para protegerse de las picaduras
- Evite las actividades al aire libre entre las 5:00 y 8:00 p.m.

#AlServicioDe
#NuestrosHéroes

LA VICTORIA ES
DE TODOS
FUERZAS MILITARES DE COLOMBIA

DURANTE LA TEMPORADA DE LLUVIAS ES POSIBLE LA ESCASEZ DE AGUA POTABLE Y APARICIÓN DE ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL CONSUMO DE AGUA NO APTA, PARA EVITARLAS TENGA EN CUENTA:



- Lave correctamente sus manos y alimentos
- Hierva el agua antes de consumir
- Supervise el manejo adecuado de las fuentes de agua

#AlServicioDe
#NuestrosHéroes

LA VICTORIA ES
DE TODOS
FUERZAS MILITARES DE COLOMBIA

LAS LLUVIAS SE ENCUENTRAN ASOCIADAS CON EL AUMENTO DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS, POR ESO, DURANTE LA TEMPORADA INVERNAL TENGA EN CUENTA:



- Lavarse las manos con agua y jabón constantemente
- Usar tapabocas si se tiene tos o gripa
- Cubrirse boca y nariz al estornudar o toser
- Mantener la vivienda ventilada, limpia y libre de humo
- Evitar aglomeraciones
- Evitar los cambios bruscos de temperatura

#AlServicioDe
#NuestrosHéroes

LA VICTORIA ES
DE TODOS
FUERZAS MILITARES DE COLOMBIA