

CONVOCATORIA No 01

ASOCIACIÓN DE USUARIOS DEL MUNICIPIO DE ALBANIA DEL DEPARTAMENTO DE
SANTANDER

Para: Integrantes de ASOCIACIÓN DE USUARIOS
De: Junta directiva de ASOCIACIÓN DE USUARIOS
Motivo: Invitación a sesión

Reciba un cordial saludo.

Nos complace invitarlo a participar en la reunión de la ASOCIACIÓN DE USUARIOS de nuestra zona, con el fin de dar a conocer los avances que hemos tenido en nuestro Plan de acción y otra información que consideramos de interés compartir con cada uno de ustedes.

Lugar: OFICINA MUNICIPAL

Fecha: 24 DE FEBRERO DE 2023

Hora: 2:30PM

Si desea mayor información sobre esta convocatoria, puede acercarse al colaborador de Coosalud EPS.

Atentamente,



PRESIDENTE ASOCIACIÓN DE USUARIOS

**ACTA DE REUNIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE USUARIOS
COOSALUD EPS
DEPARTAMENTO DE SANTANDER
MUNICIPIO DE ALBANIA**

FECHA : 24 DE FEBRERO DE 2023
LUGAR : Oficina de COOSALUD EPS-S
HORA : 2:00 pm
PARTICIPANTES : 6 personas (Se anexa firma de los asistentes).
OBJETIVO : Reunión ordinaria de la Asociación de Usuarios.

Agenda programada para el día:

1. Bienvenida
2. Himno de Coosalud
3. Exposición de los temas preparados para el día.
4. Apertura del Buzón de sugerencias.
5. Proposiciones y varios
6. Programación de la próxima reunión.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. URIEL DARIO VARELA GONZALEZ colaborador de COOSALUD EPS, da la bienvenida a los participantes, agradece por la asistencia a la reunión y da a conocer el objetivo de esta. Además, destaca el compromiso para con la institución al pertenecer a la Asociación de Usuarios de COOSALUD EPS en el municipio de Albania
2. Se procede a escuchar el Himno a COOSALUD.
3. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de Uriel Dario Varela, colaborador de Coosalud EPS.

EL AUTOCUIDADO Y LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN COVID CUOTAS MODERADORAS-COPAGOS REGIMEN SUBSIDIADO 2023

Mediante diapositivas se dan a conocer los temas mencionados anteriormente

EL AUTOCUIDADO Y LA IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN COVID

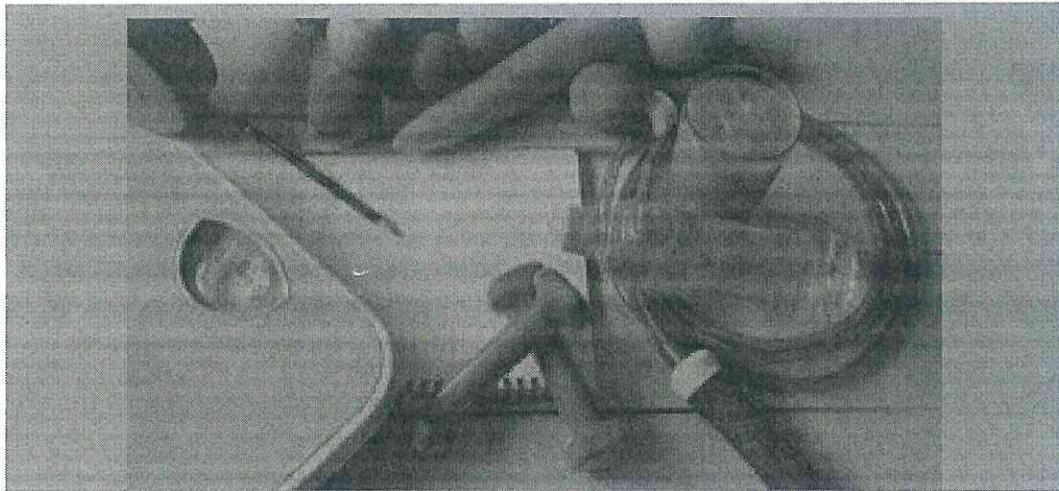
El autocuidado es un conjunto de acciones que las personas deben realizar a diario para tener control sobre su salud, empoderarse de ella y poderla cuidar y mejorar. Actualmente la sociedad tiene un gran desafío, y es pasar de tener una actitud pasiva, donde busca que sean otros los que lo mantengan sano, a ser el que busca y se responsabiliza de su propio bienestar.



USO DEL TIEMPO LIBRE

Repartir nuestro tiempo para alcanzar a hacer todo lo que queremos hoy en día es un gran desafío, dejamos de hacer algunas cosas que benefician la salud por darle prioridad al trabajo, a los hijos, a las redes sociales entre otros hábitos no saludables, hacen que nos olvidemos de nuestro bienestar y de cuidar de nosotros mismos. Hacer pausas activas, comer saludablemente y en los horarios establecidos alejado de dispositivos electrónicos como el celular, hacer ejercicio, ir al médico regularmente y seguir al pie de la letra sus indicaciones, son algunas de las acciones vitales que se dejan pasar por alto pero que practicándolas con juicio pueden marcar la diferencia entre vivir sano o enfermo.

Sus beneficios se experimentan las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Lo único que cuesta es el tiempo que demanda cada actividad para auto



Esperamos que encuentres estos consejos útiles!

1. Bebe mucha agua

- Beber mucha agua todos los días es muy esencial para nuestra salud. El agua nos ayuda a mantenernos hidratados y también mantiene nuestro cuerpo limpio. Beber agua regularmente mantendrá tu piel brillante y te dará un aspecto hermoso.

2. Haz ejercicio

- Crear el hábito de hacer actividad física semanalmente es muy beneficioso para nuestra salud. Aumenta nuestro nivel de energía y nos da una actitud positiva ante la vida. También mejora nuestro estado de ánimo y nos hace felices. El ejercicio físico oxigenará tu cuerpo, permitiéndote tener una vida sana y una salud mental excepcional.

3. Come bien

- Comer bien es muy importante para nuestra salud. Comer alimentos nutritivos como frutas, verduras, cereales integrales, carnes magras y productos lácteos bajos en grasa mantendrá nuestro cuerpo en forma y fuerte.

4. Duerme lo suficiente

- Dormir lo suficiente es fundamental para nuestro cuerpo. El sueño juega un papel vital en nuestro cuerpo y mente. Dormir lo suficiente aumentará nuestra productividad y reducirá los niveles de estrés. Procura dormir más de 7 horas cada noche.



Cuando se deja de lado el bienestar personal, por los objetivos laborales y domésticos, el cuerpo empieza a avisar y a dar señales de que está sobrecargado y se manifiesta a través de malestares físicos como debilidad, sensación de ahogo, náuseas, gases, hormigueos, dolores de cabeza, de espalda, entre otros.

QUE ES LA VACUNACIÓN

La vacunación es una forma sencilla, inocua y eficaz de protegernos contra enfermedades dañinas antes de entrar en contacto con ellas. Las vacunas activan las defensas naturales del organismo para que aprendan a resistir a infecciones específicas, y fortalecen el sistema inmunitario.

Tras vacunarnos, nuestro sistema inmunitario produce anticuerpos, como ocurre cuando nos exponemos a una enfermedad, con la diferencia de que las vacunas contienen solamente microbios (como virus o bacterias) muertos o debilitados y no causan enfermedades ni complicaciones.

La mayoría de las vacunas se inyectan, pero otras se ingieren (vía oral) o se nebulizan en la nariz.

COMO ACTUAN LAS VACUNAS EN EL CUERPO

Las vacunas ponen en marcha las defensas naturales del organismo y, de ese modo, reducen el riesgo de contraer enfermedades. Actúan desencadenando una respuesta de nuestro sistema inmunitario, que:

reconoce al microbio invasor (por ejemplo, un virus o una bacteria);

genera anticuerpos, que son proteínas que nuestro sistema inmunitario produce naturalmente para luchar contra las enfermedades;

recuerda la enfermedad y el modo de combatirla. Si, en el futuro, nos vemos expuestos al microbio contra el que protege la vacuna, nuestro sistema inmunitario podrá destruirlo rápidamente antes de que empecemos a sentirnos mal

QUIEN DEBE VACUNARSE CONTRA COVID-19

La OMS recomienda que, mientras el suministro de vacunas sea limitado, se vacune primero a las personas con mayor riesgo de contraer la COVID-19. Ello incluye a las

personas que tienen más probabilidades de contraer una forma grave de la enfermedad si se infectan (personas mayores y personas con afecciones de salud existentes) y a las personas que puedan estar más expuestas al virus (como los trabajadores de la salud). Las embarazadas corren un mayor riesgo de contraer una forma grave de la enfermedad y de tener un parto prematuro si se infectan con el virus de la COVID-19, por lo que la OMS recomienda que también se les dé prioridad en la vacunación, una vez que se haya vacunado a los grupos de mayor prioridad.

¿Qué tipos de vacunas anti-COVID-19 existen? ¿Cómo funcionan?

Científicos de todo el mundo siguen desarrollando muchas vacunas potenciales contra la COVID-19. Todas están diseñadas para enseñar al sistema inmunitario del cuerpo a reconocer y bloquear de forma segura el virus que causa la COVID-19. Se han desarrollado varios tipos diferentes de vacunas potenciales para la COVID-19, que incluyen:

Vacunas con virus inactivados o debilitados, que utilizan una forma del virus que ha sido inactivada o atenuada para que no cause la enfermedad, pero genere una respuesta inmunitaria.

Vacunas basadas en proteínas, que utilizan fragmentos inofensivos de proteínas o carcasas de proteínas que imitan al virus COVID-19 con el objetivo de obtener una respuesta inmunitaria segura.

Vacunas de vectores víricos, que emplean un virus seguro que no puede causar la enfermedad, pero que sirve de plataforma para producir proteínas de coronavirus con el fin de provocar una respuesta inmunitaria.

Vacunas de ARN y ADN: un enfoque vanguardista que usa el ARN o el ADN manipulado genéticamente para crear una proteína que, a su vez, induce una respuesta inmunitaria de forma segura.

¿Puedo recibir la segunda o tercera dosis con una vacuna diferente a la primera?

Ponerse una segunda o una tercera dosis de una vacuna contra la COVID-19 distinta de las dosis recibidas anteriormente es inocuo y eficaz. Si se le ofrece ponerse una vacuna distinta a las que le han puesto anteriormente, puede vacunarse sin dudar. La OMS considera que, con dos dosis de cualquiera de las vacunas autorizadas para su uso en emergencias, se completa la vacunación primaria.

Al adoptar un calendario de vacunación heterólogo, los países pueden aprovechar al máximo las vacunas cuando los suministros son limitados.

A las personas mayores de 60 años que hayan recibido dos dosis de Sinovac y Sinopharm también se les puede administrar una tercera dosis para ayudar a reforzar

su inmunidad, una vez que se haya alcanzado un alto nivel de cobertura de los grupos prioritarios. El SAGE ha señalado que también se puede utilizar Pfizer o AstraZeneca para la tercera dosis, si la vacuna original no está disponible.

CUOTAS MODERADORAS

Las **cuotas moderadoras** tienen por **objeto** regular la utilización del servicio de salud y estimular su buen uso.

RÉGIMEN CONTRIBUTIVO 2023

CUOTAS MODERADORAS: *Acuerdo 260/04

Categoría	Ingreso base SMLMV	Valor 2023
1	Menor a 2 SMLMV*	\$ 4.100
2	Entre 2 y 5 SMLMV*	\$ 16.400
3	Mayor a 5 SMLMV*	\$ 43.000

*Salario Mínimo Legal Mensual Vigente (SMLMV')

COPAGOS

Este cobro aplica únicamente para los beneficiarios y corresponde a una parte del servicio solicitado, tiene como finalidad ayudar a financiar el sistema de salud.

El cobro aplica en todos los servicios a excepción:

- Actividades de detección temprana y protección específica.
- Programas de control en atención materno infantil.
- Programas de control en atención de las enfermedades transmisibles.
- Enfermedades catastróficas o de alto costo.
- La atención inicial de urgencias.
- Servicios sometidos al pago de cuotas moderadoras.

Los copagos son recaudados directamente por el prestador que brinda el servicio.

Los porcentajes registrados se aplican sobre el valor total del procedimiento o intervenciones sujetas al cobro de **copagos** que requiera el beneficiario, de la siguiente forma:

COPAGOS: 'Acuerdo 260/04

Categoría	Ingreso base SMLMV*	% por evento	Valor máximo por evento	Valor máximo por usuario/Año
1	Menor a 2 SMLMV*	11,50%	\$304.583	\$ 610.227
2	Entre 2 y 5 SMLMV*	17,30%	\$ 1.220.455	\$ 2.440.909
3	Mayor a 5 SMLMV*	23,00%	\$ 2.440.909	\$ 4.881.818

COPAGOS RÉGIMEN SUBSIDIADO 2023

En el régimen subsidiado del Sistema General de Seguridad Social en Salud no se cobran cuotas moderadoras.

Para aplicación de los copagos en el **régimen subsidiado** se establecen los grupos de corte del Sisbén metodología IV así: el nivel 1 corresponde a los grupos A1 a B7 y el nivel 2 a los grupos C1 a C18.

Por lo tanto, los afiliados del régimen subsidiado clasificados en el nivel 2 del Sisbén (C1 a C18), conforme con la metodología IV, deberán cancelar los respectivos copagos para los servicios que se encuentran dentro del Plan de Beneficios en Salud y que se indican a continuación:

Tope	% del servicio	Valor máximo copago
Valor límite por evento	10%	\$ 530.632
Valor límite por año		\$1.061.264

Se cobra copago en:

- Procedimiento médico – quirúrgico, ambulatorios y con intervención.
- Material médico quirúrgico.
- Estudios de histopatología.
- Todo tipo de terapia.

No se cobra copago en:

- Consulta médica general o especializada.
- Odontología: consulta o tratamiento.
- Laboratorio clínico (ambulatorio).
- Fórmula de medicamentos (ambulatorio).
- Actividades de promoción y prevención.
- Enfermedades de alto costo.
- Embarazo y parto.
- Urgencias.
- Menores de 1 año de edad.

PARA QUIENES APLICAN LAS CUOTAS MODERADORAS Y COPAGOS

Cuotas moderadoras: cotizantes y beneficiarios.

Se aplican en los siguientes servicios:

- Consultas médicas y odontológicas.
- Exámenes de diagnóstico ambulatorio de laboratorio clínico e imagenología.
- Atención domiciliaria.
- Medicamentos ambulatorios

Copagos: se aplican en todos los servicios excepto:

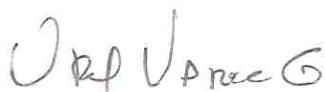
- Promoción y prevención.
- Control materno infantil.
- Control de enfermedades transmisibles.
- Enfermedades catastróficas o de alto costo.
- Atención inicial de urgencias.
- Servicios sujetos a cuotas moderadoras.

4. Se abre el buzón de sugerencias y se elabora el acta.
5. Propositiones y varios: se le informa a los usuarios de la liga que a partir del 01 de marzo se trasladara la oficina de Coosalud EPS a la cra 4 n 2-51 calle

principal con el fin de prestarle un mejor servicio a nuestros usuarios, agradecemos difundir esta información

6. Se plantea como fecha tentativa para la próxima reunión el día 24 de marzo del presente año en la oficina de COOSALUD EPS.

Para constancia firman asistentes liga de usuarios y gestor municipal el día de hoy 24 de febrero del presente año en la oficina Municipal de Coosalud EPS



URIEL DARIO VARELA GONZALEZ
GESTOR MUNICIPAL ALBANIA
ALBANIA SANTANDER

Para constancia firman asistentes liga de usuarios el día de hoy 24 de febrero del presente año en la oficina Municipal de Coosalud EPS

NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	CARGO	FIRMA
BLANCA LUCILA SUAREZ ARIAS	52317795	PRESIDENTE	<i>Blanca Lucila Suarez</i>
LETY MARGOT HERNANDEZ CASTILLO	27969167	VICEPRESIDENTE	<i>Lety Margot Hernandez</i>
SAYDA BELEN VELASCO SANTAMARIA	27969192	SECRETARIA	<i>Sayda Belen Velasco</i>
RITO JULIO PINILLA CASAS	13790160	VOCAL 1	<i>Rito Julio Pinilla</i>
LUZ MELBA SUAREZ CASAS	27969073	VOCAL 2	<i>Luz Melba Suarez</i>
YUBER VALERO VARGAS	1097162760	VOCAL 3	<i>Yuber Valero Vargas</i>