

**ACTA DE REUNIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE USUARIOS, ASODEUS DE  
COOSALUD EPS  
DEPARTAMENTO DE SANTANDER  
MUNICIPIO DE EL PEÑÓN**

**FECHA** : 28 DE FEBRERO DE 2023  
**LUGAR** : OFICINA DE COOSALUD  
**HORA** : 04: 00 PM  
**PARTICIPANTES** : 4 personas (Se anexa firma de los asistentes).  
**OBJETIVO** : Reunión ordinaria de la Asociación de Usuarios.

Agenda programada para el día:

1. Bienvenida
2. Exposición de los temas preparados para el día:
  - A. Capacitación:

Lograr que los integrantes comprendan y entiendan que es el

**ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES  
NO TRANSMISIBLES (ENT)**

- B. Actualización Normativa:
  - Las ENT Son afecciones de larga duración con una progresión generalmente lenta

Información general: mediante Diapositivas

3. Evaluación de la sesión
4. Apertura del Buzón de sugerencias
5. Programación de la próxima reunión

**DESARROLLO DE LA REUNIÓN**

1. Ruth Esperanza Patiño Jerez 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 El Peñón.
2. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de Ruth Esperanza Patiño Jerez, colaborador de Coosalud EPS.

**ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES  
NO TRANSMISIBLES (ENT)**

Son afecciones de larga duración con una progresión generalmente lenta

## LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

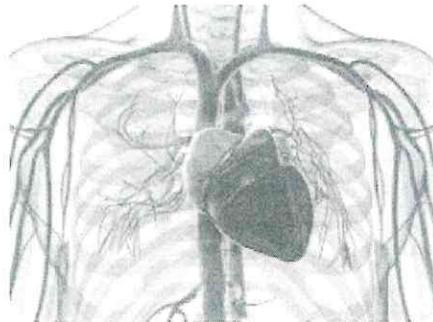
La enfermedad cardiovascular se refiere a las enfermedades del corazón y a las enfermedades del sistema de vasos sanguíneos (arterias, capilares, venas) de todo el organismo, tales como el cerebro, las piernas y los pulmones. **"Cardio" se refiere al corazón y "vascular" al sistema de vasos sanguíneos.**

### FACTORES DE RIESGO

Falta de ejercicio.  
Tabaquismo.  
Obesidad.  
Mala alimentación.  
Colesterol alto.  
Tensión arterial alta.  
Diabetes (de tipo 2).  
Estrés.  
Enfermedad Renal Crónica  
Los factores que no se pueden cambiar son los antecedentes familiares, el sexo (masculino) y la edad avanzada

### SIGNOS DE ALERTA

Dolor de pecho.  
Falta de aire.  
Fatiga desproporcionada.  
Desmayos.  
Sensación de taquicardia.  
Dolores o calambres en las piernas con la actividad física.  
Debilidad o entumecimiento de las piernas.  
Úlceras en los pies o en las piernas que no cicatrizan.  
Cambio del color de la piel.



## DIABETES

La diabetes es una enfermedad en la que los niveles de azúcar en la sangre se encuentran elevados. El azúcar viene de la digestión de los alimentos y por medio de la hormona insulina ingresa a las células para posteriormente transformarse en energía la cual es utilizada para las actividades diarias.

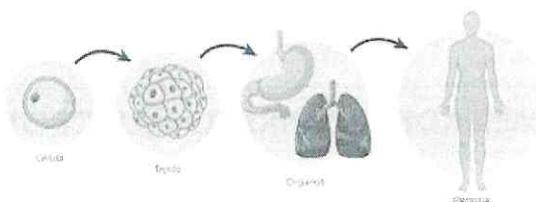


  
día mundial de la diabetes  
14 noviembre

DIABETES TIPO 1	DIABETES TIPO 2
<p>El azúcar obtenido a través de los alimentos no puede ser utilizado de la manera usual por el cuerpo humano debido a la destrucción de las células productoras de insulina. Esto lleva a niveles altos de azúcar o glucosa en la sangre, o hiperglicemia.</p>	<p>Se presenta más frecuentemente en la edad adulta y se debe a que el organismo no produce suficiente insulina o a que las células la ignoran. Los síntomas son parecidos a los de la diabetes de tipo 1, pero a menudo menos intensos. Hasta hace poco, este tipo de diabetes sólo se observaba en adultos, pero en la actualidad también se está manifestando en niños</p>

## LOS DIFERENTES TIPOS DE CÁNCER

El cáncer es una enfermedad caracterizada **por la proliferación anormal y desordenada de células que conduce al crecimiento descontrolado de un tumor maligno** en un determinado tejido u órgano.



El cáncer es considerado un problema importante de salud pública en Colombia.

El número de enfermos y personas muertas por esta causa ha ido aumentando en los últimos años.

En Colombia, se tienen definidas pruebas específicas para la detección temprana de los siguientes tipos de cáncer.

Tipo de cáncer	Prueba específica
Cáncer de mama	<ul style="list-style-type: none"> <li>Examen clínico de la mama cada año a partir de los 40 años de edad</li> <li>Mamografía cada dos años a toda mujer entre 50 y 69 años de edad</li> </ul>
Cáncer de cuello uterino	<ul style="list-style-type: none"> <li>Citología de cuello uterino a partir de los 21 años hasta los 30 años (Esquema 1-1-3). También se recomienda para mujeres que hayan iniciado vida sexual activa antes de los 21 años según recomendación médica.</li> <li>A partir de los 30 años y hasta los 65 años, la citología se debe combinarse con las pruebas de detección del Virus de Papiloma Humano ADN/VPH.</li> <li>Técnicas de inspección visual del cuello uterino, para mujeres entre 25 a 50 años de edad, residentes en regiones con difícil acceso a los servicios de salud.</li> <li>Estrategia "Ver y Tratar": Incluye la realización de técnicas de inspección visual y tratamiento inmediato Ej.: Crioterapia.</li> </ul>
Cáncer de próstata	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba de antígeno prostático (PSA) combinada con tacto rectal, a partir de 50 años.</li> </ul>
Cáncer de colon y recto	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prueba de sangre oculta en heces cada 5 años y colonoscopia cada 10 años (en población con riesgo de cáncer), a partir de los 50 años.</li> </ul>

## ENFERMEDADES RESPIRATORIAS CRÓNICAS



Enfermedad pulmonar  
obstructiva crónica

La Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica o EPOC, hace referencia al grupo de enfermedades que causan obstrucción de la circulación del aire y generan problemas relacionados con la respiración. Entre estas enfermedades se encuentran el enfisema, la bronquitis crónica y, en algunos casos, el asma.

### ¿Cuáles son los factores de riesgo para desarrollarla?

**Contaminación ambiental y exposición laboral:** la exposición a gases, vapores o polvos orgánicos o inorgánicos derivados de procesos industriales, combustión de motores o calefacciones, entre otros.

**Antecedentes de tuberculosis:**

**Enfermedades respiratorias inferiores en la infancia**

**Factores genéticos**

**Fumar**

**Prevención**

- No fumar
- Evitar la exposición al humo de tabaco producido por otras personas que fuman
- Evitar la exposición a contaminantes en el ambiente de trabajo y en la vivienda
- Crear ambientes más saludables promoviendo estilos de vida saludables



3. Se procede a evaluar la sesión. Se anexan copias.
4. Se abre el buzón de sugerencias y se elabora el acta.
5. Se plantea como fecha tentativa para la próxima reunión, el día 28 del mes Marzo del año 2023 a las 4:00 pm en la oficina de COOSALUD EPS.

Para constancia firman,

NOMBRE	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	FIRMA
KAREN ANDREA BARRERA	1098171819	PRESIDENTE	
SANDRA MILENA PARDO	1098170700	VICEPRESIDENTE	<i>Sandra M P</i>
AUDRI MOSQUERA	35263428	SECRETARIA	<i>AUDRI MOSQUERA</i>
AGUSTIN PATIÑO	91453120	VOCAL	<i>Agustín Patiño</i>

Sandra Allena Parde

### PRUEBA SESION MES DE MARZO

DESCRIBA LA SIGLA ENT

enfermedades crónicas

COMO PREVENIR LAS ENFERMEDADES

NO consumir AZÚCAR sal y grasas x  
grasas

MENCIONE LOS TIPOS DE CANCER

Colon cuello uterino Prostata  
Cáncer de mama

### PRUEBA SESION MES DE MARZO

DESCRIBA LA SIGLA ENT

Enfermedades crónicas transmisibles

COMO PREVENIR LAS ENFERMEDADES

NO consumir azúcares, harinas, grasas, sal

MENCIONE LOS TIPOS DE CANCER

Cáncer de cuello uterino  
Cáncer de mama  
Cáncer de Colon y Recto

ABDEI MOSQUERA

## PRUEBA SESION MES DE MARZO

### DESCRIBA LA SIGLA ENT

Enfermedades crónicas transmisibles que se dan por un mal hábito alimenticio, el sedentarismo

### COMO PREVENIR LAS ENFERMEDADES

Teniendo un buen hábito alimenticio, bajo consumo de grasas, sales, y azúcares. Previniendo la tensión alta.

### MENCIONE LOS TIPOS DE CANCER

Cáncer de mama, cáncer de cuello uterino  
cáncer de próstata.

Agustín Patiño