

**ACTA DE REUNIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE USUARIOS, ASODEUS DE
COOSALUD EPS
DEPARTAMENTO DE VALLE DE SA JOSE
MUNICIPIO DE SANTANDER**

FECHA : 30 DE MARZO 2023
LUGAR : OFICINA ATENCION AL USUARIO
HORA : 4 PM
PARTICIPANTES : 3 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:
 - 1.1. Capacitación: **ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES**
 - 1.2.
 - A. con el objetivo de dar a conocer la nueva actualización establecida para este años en cuanto a la prestaciones del servicios de salud
 - 1.3. Actualización Normativa: **(ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES**
 - 1.4.
 - 1.5. Información general: **(ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES**
 - 1.6.
 - B.)
3. Evaluación de la sesión
4. Apertura del Buzón de sugerencias
5. Programación de la próxima reunión

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. GESTOR MUNICIPAL ALEYDA ROCIO BUSTOS 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 VALLE DE SAN JOSE
2. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de ALEYDA ROCIO BUSTOS , colaborador de Coosalud EPS.

1.7. TEMAS DEL MES. NOMBRAR LOS TEMAS DEL MES ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES

3.1.

3.2. EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS DEL MES SOCIALIZA EL TEMA CORRESPONDIENTE DE LA SIGUIENTE MANERA

4.



1. 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.**

➤ Las enfermedades cardiovasculares más frecuentes son los infartos de miocardio, el ataque cerebrovascular y la hipertensión arterial.

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.

2. 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

Antepágina 1 de 14

INFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES - Guardado en Este PC

DIABETES TIPO 1

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.

Síntomas de la diabetes

Consulte a su médico si:

- Siente sed a menudo
- Orina con frecuencia
- Siente hambre la mayoría del tiempo
- Siente cansancio sin motivo
- Sus heridas sanan con lentitud
- Baja de peso sin explicación
- Su piel es seca y siente picazón
- Ha notado que los pies no tienen la misma sensibilidad o ha tenido hormigueo
- Se ha dado cuenta que su visión es borrosa

DIABETES TIPO 2

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.

¿Como prevenirla?

Si tiene más de 45 años es necesario hacer una revisión periódica de sus niveles de azúcar en sangre. También, si presenta alguno de los siguientes factores de riesgo:

- Ser mayor de 45 años
- Diabetes en el embarazo
- Familiares con diabetes
- Tensión arterial alta
- El colesterol bueno (HDL), menor a 35 mg/dL; el colesterol malo (Triglicéridos), mayor a 250 mg/dL o más
- Obesidad y perímetro abdominal mayor a 100 cm
- Sedentarismo (no practicar ejercicio o ninguna actividad física)

3. LOS DIFERENTES TIPOS DE CÁNCER

El cáncer es una enfermedad caracterizada por la proliferación anormal y desordenada de células que conduce al crecimiento 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.

Las zonas de mayor riesgo para la presentación del cáncer en general están concentradas en el Eje Cafetero, Antioquia, Valle del Cauca, Santander y Norte de Santander, Bogotá y Meta.

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"> Examen clínico de la mama cada año a partir de los 40 años de edad Mamografía cada dos años a toda mujer entre 50 y 69 años de edad
Cáncer de cuello uterino	<ul style="list-style-type: none"> Citología del cuello uterino a partir de los 21 años hasta los 29 años (según el tipo de citología recomendada para mujeres que hayan iniciado vida sexual activa antes de los 21 años según recomendación médica) A partir de los 30 años (hasta los 64 años, la citología de cuello uterino combinada con el test de detección del Virus del Papiloma Humano (ACV/HPV) Prueba de Pap smear (test del cuello uterino) para mujeres entre 25 a 39 años de edad, residentes en algunas zonas rurales o sin servicios de salud Examen "Veo y Toco", incluye la realización de técnicas de inspección visual y tacto bimanual
Cáncer de próstata	<ul style="list-style-type: none"> Prueba de antígeno prostático (PSA) combinada con tacto rectal a partir de los 50 años
Cáncer de colon y recto	<ul style="list-style-type: none"> Prueba de sangre oculta en heces cada 5 años y colonoscopia cada 10 años (en aquellos que no tengan colonos, a partir de los 50 años)

4. ENFERMEDADES RESPIRATORIAS CRÓNICAS



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 calefactores, entre otros.

Anales de tuberculosis:

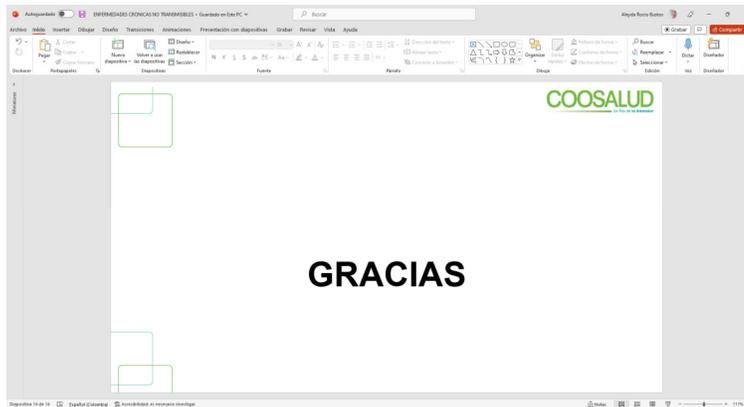
Enfermedades respiratorias inferiores en la infancia

Factores genéticos

Fumar

Prevención

- No fumar, Dejar de fumar
- Evitar la exposición a 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 24 del mes Abril 2023 del
6. a las 4 pm en la oficina de COOSALUD EPS.

Para constancia firman,

NOMBRE	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	FIRMA
Florencia Pinedo	28469989	Vocal	Florencia Pinedo
Hilario Renu	28469445	Presidente	Hilario Renu
Guillermo Boca	28469096	Secretario	Guillermo Boca

[Handwritten signature and stamp]