

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

FECHA : 31/03/2023
LUGAR : Oficina local de Coosalud - teleconferencia
HORA : 2:30 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: ENFERMEDADES CRONICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES (ENT) DEBERES Y DERECHOS-PROMOCION AFILIACION
 - B. Actualización Normativa
3. Programación de la próxima reunión

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. Elizabeth Cadena, 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 Zapatoca.
2. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de Elizabeth Cadena, colaborador de Coosalud EPS.

2.1 TEMAS DEL MES. ENFERMEDADES CRONICAS COMO CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES –DEBERES Y DERECHOS- PROMOCION DE LA AFILIACION

2.2 EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS DEL MES

ENFERMEDADES CRONICAS COMO CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES (ENT)

Las enfermedades no transmisibles (ENT), también conocidas como enfermedades crónicas, suelen ser de larga duración y son el resultado de una combinación de factores genéticos, fisiológicos, ambientales y de comportamiento.

Los principales tipos de ENT son las enfermedades cardiovasculares (como los infartos de miocardio y los accidentes cerebrovasculares), los cánceres, las enfermedades respiratorias crónicas (como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el asma) y la diabetes.

Tanto los niños como los adultos y las personas mayores son vulnerables a los factores de riesgo que contribuyen a las ENT, ya sea por dietas poco saludables, inactividad física, exposición al humo del tabaco o consumo nocivo de alcohol.

La generalización de modos de vida poco saludables y el envejecimiento de la población. Las dietas poco saludables y la falta de actividad física pueden dar lugar al aumento de la tensión arterial y de la glucosa en sangre, a niveles elevados de los lípidos en sangre y a la obesidad. Esos factores se denominan factores de riesgo metabólico y pueden provocar enfermedades cardiovasculares, la principal enfermedad no transmisible en lo que respecta a muertes prematuras.

Factores de riesgo**Factores de riesgo comportamentales modificables**

Los comportamientos modificables, como el consumo de tabaco, la inactividad física, la dieta poco saludable y el consumo nocivo de alcohol, aumentan el riesgo de ENT.

- El tabaco es responsable de más de 8 millones de muertes al año (incluidos los efectos de la exposición al humo ajeno) (1).
- Se atribuyen 1,8 millones de muertes anuales al exceso de consumo de sal/sodio (1).
- Más de la mitad de las 3 millones de muertes anuales atribuibles al consumo de alcohol lo son por ENT, incluido el cáncer.
- 830 000 muertes anuales pueden atribuirse a una insuficiente actividad física (1).

Factores de riesgo metabólico

Los factores de riesgo metabólico contribuyen a cuatro cambios metabólicos fundamentales que aumentan el riesgo de ENT:

- hipertensión arterial;
- sobrepeso y obesidad;
- hiperglucemia (niveles elevados de glucosa en sangre); e
- hiperlipidemia (niveles elevados de grasa en sangre).

Por lo que se refiere a las muertes atribuibles, el principal factor de riesgo metabólico a nivel mundial es la tensión arterial elevada (a la que se atribuye el 19% de las muertes a nivel mundial) (1), seguida del aumento de la glucosa en sangre y el sobrepeso y la obesidad.

Prevención y control

Una forma importante de controlar las ENT es centrarse en reducir los factores de riesgo asociados a esas enfermedades. Existen soluciones de bajo costo para que los gobiernos y otras partes interesadas reduzcan los factores de riesgo modificables comunes. Para orientar las políticas y prioridades es importante hacer el seguimiento de la progresión y las tendencias de las ENT y de su riesgo.

Para reducir el impacto de las ENT en las personas y la sociedad, es necesario un enfoque global en que colaboren todos los sectores, entre ellos los de la salud, las finanzas, el transporte, la educación, la agricultura y la planificación, con el fin de reducir los riesgos asociados a las ENT y promover intervenciones para prevenirlas y controlarlas.

Es fundamental invertir en la mejora de la gestión de las ENT, que incluye la detección y tratamiento de esas enfermedades, así como el acceso a cuidados paliativos para las personas que los necesitan. Las intervenciones básicas de gran impacto contra las ENT pueden realizarse mediante un enfoque de atención primaria de la salud para reforzar la detección temprana y el tratamiento oportuno.

DEBERES Y DERECHOS

Para nuestra EPS es de vital importancia mantener usuarios capacitados en deberes y derechos, esto nos permite conocer de cerca sus inconformidades, satisfacciones o sugerencias y permitirá al afiliado conocer sus derechos y velar por su cumplimiento.

Sabemos que al capacitarlos tendremos afiliados actualizados con los conocimientos adecuados y determinar el nivel de conocimiento de los usuarios sobre sus deberes y derechos nos permite como institución valorar que falencias tenemos y en cuales debemos trabajar más. Los derechos y deberes de los usuarios son un factor fundamental en un sistema de salud y la vez un indicador de la calidad del servicio, por tal motivo nosotros como instituciones tenemos la responsabilidad de promover su conocimiento

PROMOCION DE LA AFILIACION

El objetivo de este proceso es promover el acceso al SGSSS, fortaleciendo las estrategias de promoción de la afiliación en el municipio de Zapatoaca, con especial énfasis en la población pobre y vulnerable.

El equipo de la promoción de la afiliación del grupo de aseguramiento, realizamos procesos educativos sobre el SGSSS, dicha estrategia permite que las personas conozcan más sobre conceptos y generalidades del sistema de salud, rutas de afiliación, traslados, movilidad, portabilidad entre otros.

El proceso educativo se logra a través de articulaciones institucionales y comunitarias y la intervención de los grupos capacitados que tienen el compromiso de crear estrategias para multiplicar la información y permite que las personas conozcan más sobre sus deberes y derechos en salud.

Por otro lado, el equipo de promoción de la afiliación cuenta con articulación interinstitucional para llevar a cabo eventos de afiliación.

Se plantea como fecha tentativa para la próxima reunión, el día 28 del mes Abril del año 2023 a las 4:00 pm en la oficina de COOSALUD EPS.

REGISTRO FOTOGRAFICO



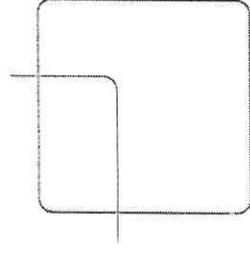
REGISTRO FOTOGRAFICO



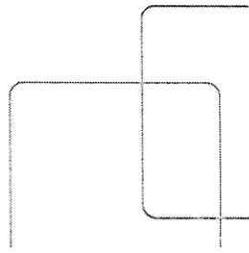
DEPARTAMENTO:	SANTANDER	FECHA (AAAA/MM/DD):	31/03/2023
MUNICIPIO:	ZAPATOCA		
MATERIAL ENTREGADO:	Enfermeoas Crónicas No Transmisibles	EDUCATIVO	<input checked="" type="checkbox"/> INFORMATIVO <input checked="" type="checkbox"/>

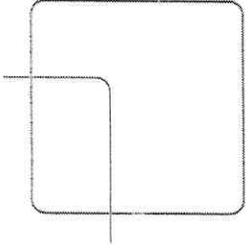
Nº	DOC. IDENTIFICACION	NOMBRES Y APELLIDOS	FIRMA
1.	28496936	Yannet Suarez Duarte	Yannet Suarez D
2.	52204767	Mario Georgina SOSA	Georgina SOSA
3.	63519126	Yenny Tatiana Acevedo D	Yenny Tatiana Acevedo D
4.	63493172	Claudia Leon Gonzalez	Claudia Leon
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.			
28.			
29.			
30.			
31.			
32.			
33.			
34.			
35.			
36.			
37.			
38.			
39.			
40.			

ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES (ENT)

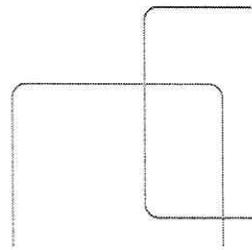
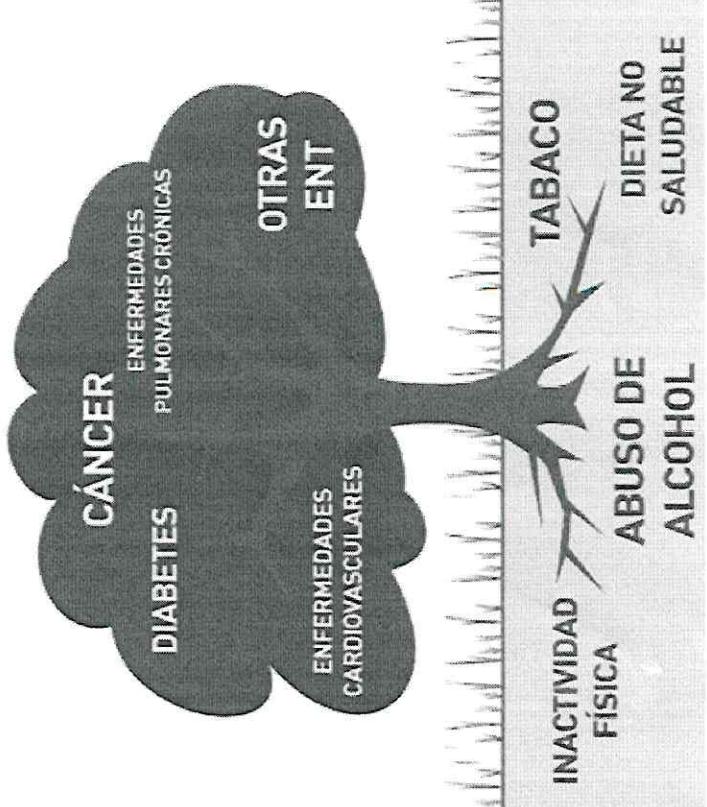


Estas enfermedades son la causa de defunción más importante en el mundo, pues representan en su conjunto el 70% del número total de muertes anuales; comparten factores de riesgo comunes que incluyen la exposición y consumo del humo del tabaco y sus derivados, la inactividad física, el uso nocivo del alcohol y la dieta no saludable. Las ENT se pueden prevenir y controlar a través de cambios en el estilo de vida, intervenciones de salud y políticas públicas costo-efectivas y requieren un abordaje intersectorial e integrado.



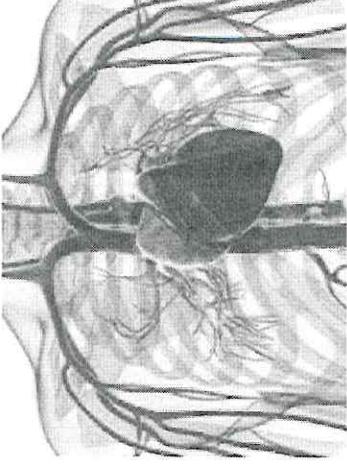


Las enfermedades no transmisibles (ENT) conocidas también como enfermedades crónicas, son afecciones de larga duración con una progresión generalmente lenta. Los cuatro tipos principales son:



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 mas frecuentes son los infartos de miocardio, el ataque cerebrovascular y la hipertensión arterial.

FACTORES DE RIESGO

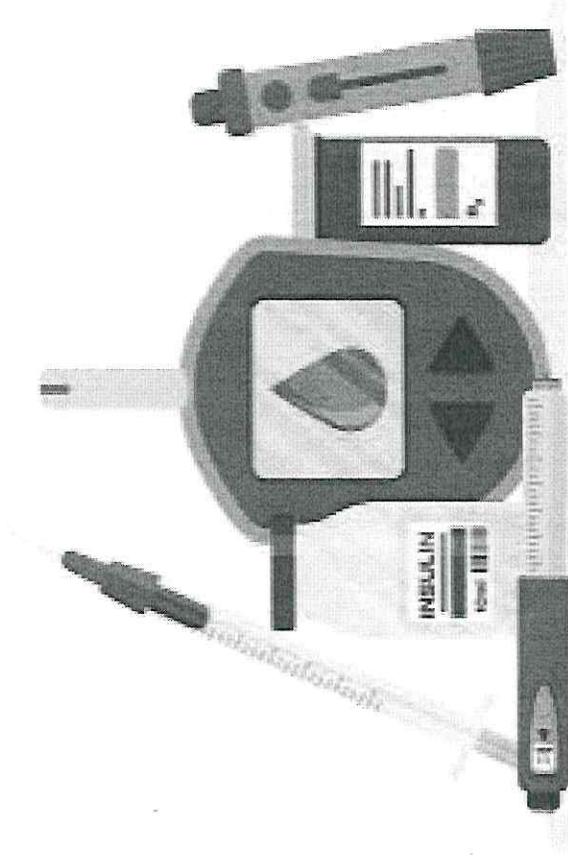
Falta de ejercicio.
Tabaquismo.
Obesidad.
Mala alimentación.
Colesterol alto.
Tensión arterial alta.
Diabetes (de tipo 2).
Estrés.
Enfermedad Renal Crónica
Los factores que no se pueden cambiar son los antecedentes familiares, el sexo (masculino) y la edad avanzada

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

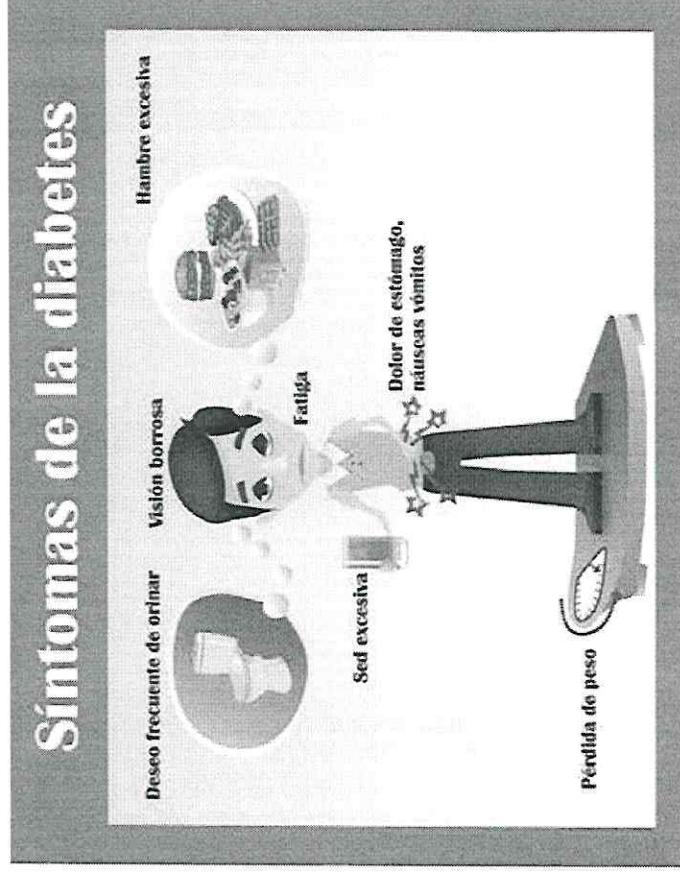
14 noviembre

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.

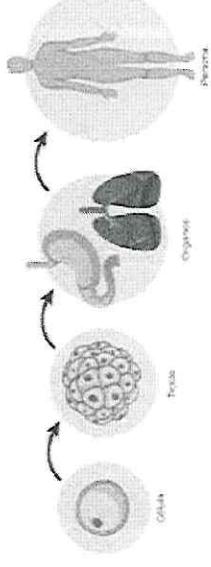
Consulte a su médico si:

- 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



3. LOS DIFERENTES TIPOS DE CÁNCER

El cáncer es una enfermedad caracterizada por la proliferación anormal y desordenada de células que conduce al crecimiento 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 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. • 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. • 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. • Estrategia "Ver y Tratar": Incluye la realización de técnicas de inspección visual y tratamiento inmediato Ej.: Crioterapia.
Cáncer de próstata	<ul style="list-style-type: none"> • Prueba de antígeno prostático (PSA) combinada con tacto rectal, a partir de 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 población con riesgo de cáncer), a partir de los 50 años.

4. 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. 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.

CONVOCATORIA No 03ASOCIACIÓN DE USUARIOS DEL MUNICIPIO DE Zapatoca 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 Local COOSALUD
Fecha: 31/03/2023
Hora: 2:30 pm

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

Atentamente,

Georgina Sosa
PRESIDENTE ASOCIACIÓN DE USUARIOS

