

CONVOCATORIA No 003

ASOCIACION DE USUARIOS MUNICIPIO DE SUCRE DEPARTAMENTO SANTANDER

Para: Integrantes de ASOCIACION de Usuarios de
De: Junta directiva de ASOCIACION 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 DE COOSALUE EPS**Fecha:** 24 DE MARZO DEL 2023**Hora:** 2 pm

Si desea más información acércate al funcionario de Coosalud, el té brindará mayor información.

Atentamente,


cc 28437400
Sucre

PRESIDENTE ASOCIACION DE USUSARIOS

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

FECHA : **24 DE MARZO DEL 2023**
LUGAR : **OFICINA COOSALUD EPS**
HORA : **2PM**
PARTICIPANTES : **5 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.
3. Evaluación de la capacitación.
4. Apertura del Buzón de sugerencias.
5. Programación de la próxima reunión.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. **ANA ODILIA ROJAS CAMACHO** 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 SUCRE SANTANDER.
2. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de **ANA ODILIA ROJAS CAMACHO**, colaborador de Coosalud EPS.

**TEMA: 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

vida, intervenciones de salud y políticas públicas costo-efectivas y requieren un abordaje intersectorial e integrado



Enfermedades No Transmisibles (ENT)

ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES (ENT)

Son afecciones de larga duración con una progresión generalmente lenta

1. LAS ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

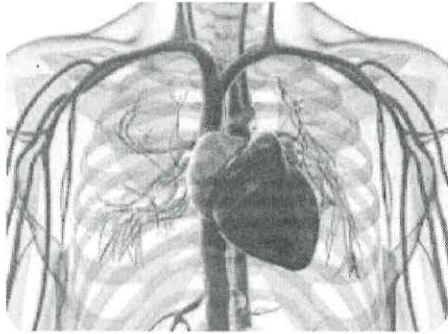
La enfermedad cardiovascular se refiere a las enfermedades del corazón y a las enfermedades del sistema de vasos sanguíneos (arterias, capilares, venas) de todo el organismo, tales como el cerebro, las piernas y los pulmones. **"Cardio" se refiere al corazón y "vascular" al sistema de vasos sanguíneos.**

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.

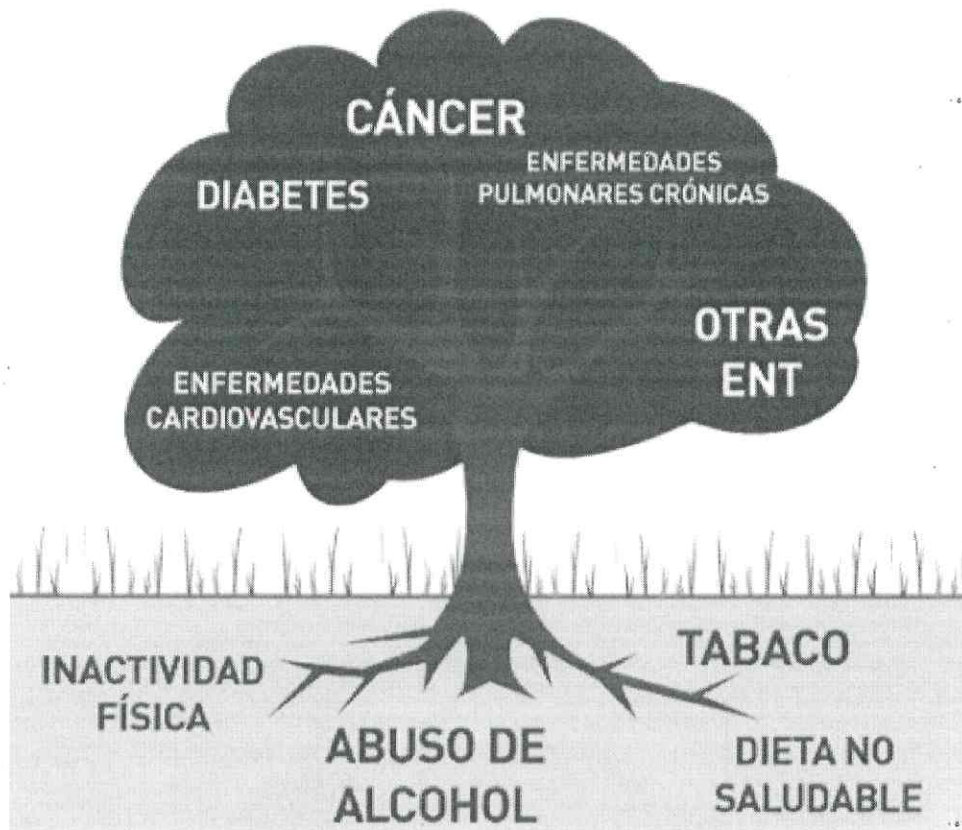


Las enfermedades no transmisibles (ENT) conocidas también como enfermedades crónicas, SON afecciones de larga duración con una progresión generalmente lenta. Los cuatro tipos principales son:

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.





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 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

- Deseo frecuente de orinar
- Sed excesiva
- Pérdida de peso
- Visión borrosa
- Fatiga
- Dolor de estómago, náuseas vómitos
- Hambre excesiva

Consulte a su medico 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

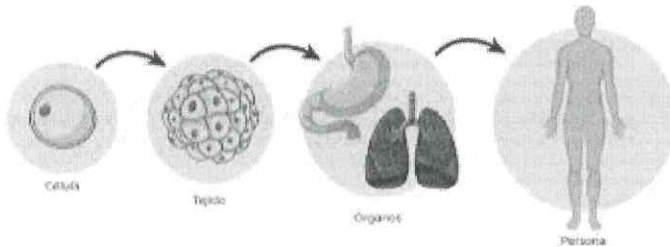
Como prevenirla?

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)

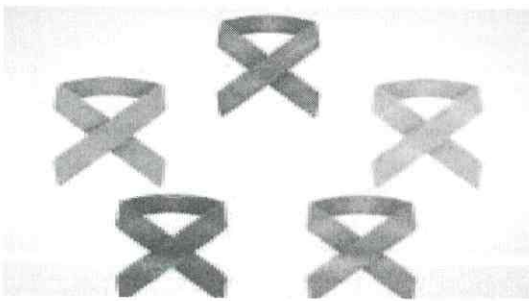
3. LOS DIFERENTES TIPOS DE CÁNCER

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



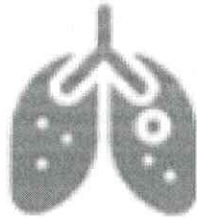
El cáncer es considerado un problema importante de salud pública en Colombia. El número de enfermos y personas muertas por esta causa ha ido aumentando en los últimos años.

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

1. 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

¡Gracias!

4- se da fecha como tentativa para la próxima capacitación el día 28 de abril a la 2 pm del año 2023, en la oficina de Coosalud cabecera municipal.

NOMBRE	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	FIRMA
<i>Georgeth Gallay</i>	<i>28437343</i>	<i>Tesorero</i>	<i>Georgeth Gallay</i>
<i>Neyla Heredia B.</i>	<i>28439063</i>	<i>Vocal</i>	<i>Neyla Heredia B.</i>
<i>Aliu Honor A.</i>	<i>28437272</i>	<i>Vocal</i>	<i>Aliu Honor A.</i>
<i>Hilda Romero P.</i>	<i>28437404</i>	<i>Secretaria</i>	<i>Hilda Romero P.</i>