COOSALUD En Pos de tu bienestar	ACTA DE SESIÓN DE ASODEUS	GEU-F-03 Act.08 2022.sep.23

ACTA DE REUNIÓN DE LA ASOCIACIÓN DE USUARIOS, ASODEUS DE COOSALUD EPS
DEPARTAMENTO DE SANTANDER
MUNICIPIO DE BUCARAMANGA SEDE PRINCIPAL

FECHA : **24 DE MARZO DEL 2023**
LUGAR : **OFICINA BUCARAMANGA PRINCIPAL**
HORA : 09:00 AM
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:

A. Capacitación: (describa el nombre y objetivo de la capacitación)
Brindar información sobre las enfermedades crónicas y su importancia en la promoción y prevención de la enfermedad.

B. Actualización Normativa: (describa el tema)

C. Información general: (describa el tema)

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

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. **EDUARDO ENTRALGO VEGA** 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 Bucaramanga sede Norte.

2. Se exponen los temas preparados para el día a cargo de **EDUARDO ENTRALGO VEGA** colaborador de Coosalud EPS.

3.1. TEMAS DEL MES. **ENFERMEDADES CRONICAS NO TRANSMISIBLES (ENT)**

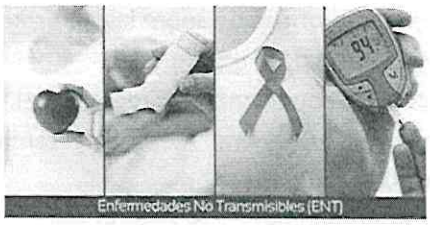
3.2. EXPLICACIÓN DE LOS TEMAS DEL MES

COOSALUD

ENFERMEDADES CRÓNICAS CONOCIDAS COMO ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES (ENT)

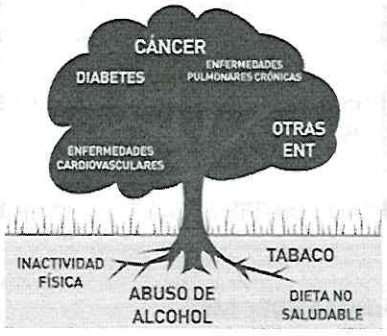
COOSALUD

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.



COOSALUD

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:



Activar Windows

CONVOCATORIA No 03

ASOCIACIÓN DE USUARIOS DEL MUNICIPIO DE BUCARAMANGA 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 COOSALUD BUCARAMANGA PRINCIPAL

Fecha: 24/03/2023

Hora: 09:00 AM

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

Atentamente,

PRESIDENTE ASOCIACIÓN DE USUARIOS

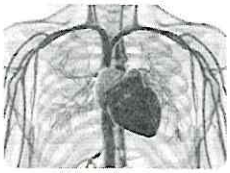
COOSALUD En Pos de tu bienestar	CONVOCATORIA A SESION DE ASODEUS	GEU-F-02 Act.06 2020.nov.06

NOMBRE DEL USUARIO	IDENTIFICACIÓN	FIRMA DEL USUARIO
Gloria Vera	27788424	Gloria Vera
Silvia Cárdenas Duarte	63.281.892	Silvia Cárdenas D
Pedro Manuel Vanegas	9124652	

COOSALUD

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.

COOSALUD

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

COOSALUD

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 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.

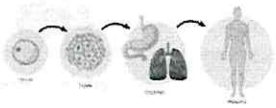
¿Como prevenirla?
Si tiene más de 45 años es necesario hacer una revisión periódica de sus niveles de azúcar en sangre. También, si presenta alguno de los siguientes factores de riesgo:

- 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)

COOSALUD

3. LOS DIFERENTES TIPOS DE CÁNCER

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

Activar Windows

COOSALUD

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

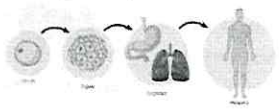
Tipo de cáncer	Prueba específica
Cáncer de mama	• Examen clínico de la mama cada año a partir de los 40 años de edad • Mamografía cada dos años a toda mujer entre 50 y 69 años de edad
Cáncer de cuello uterino	• Citología de cuello uterino a partir de los 21 años hasta los 30 años (Esquema 1-1-3). También 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	• Prueba de antígeno prostático (PSA) combinada con tacto rectal, a partir de 50 años.
Cáncer de colon y recto	• 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.

Activar Windows

COOSALUD

3. LOS DIFERENTES TIPOS DE CÁNCER

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

Activar Windows

COOSALUD

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

Tipo de cáncer	Prueba especifica
Cáncer de mama	• 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	• 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	• Prueba de antígeno prostático (PSA) combinada con tacto rectal, a partir de 50 años.
Cáncer de colon y recto	• 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.

Activar Windows

4. Se abre el buzón de sugerencias y se elabora el acta.

5. Se plantea como fecha tentativa para la próxima reunión, el día 21 del mes Abril del año 2023 a las 14:30 en la oficina de COOSALUD EPS.

Para constancia firman,

NOMBRE	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	CARGO	FIRMA
Gloria Vera	27788424	Vicepresidente	Gloria Vera
Flora Cárdenas D.	63.281.892	Presidente	Flora Cárdenas
Pedro Mel Vanegas	91246653	Secretario	[illegible]

Cordialmente

EDUARDO ENTRALGO VEGA
Gestor Municipal
Bucaramanga Principal