

**ACTA DE CAPACITACION CONTINUA
COOSALUD EPS-S
MUNICIPIO DE ZETAQUIRA**

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

CONVOCATORIA No 07

USUARIOS DEL MUNICIPIO DE ZETAQUIRA DEL DEPARTAMENTO DE BOYACÁ

Para: USUARIOS
De: COOSALUD EPS
Motivo: Invitación a sesión

Reciba un cordial saludo.

Nos complace invitarlo a participar en la reunión 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 ZETAQUIRA
Fecha: 28/07/2023
Hora: 10:00 A.M.

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

Atentamente,


GESTOR MUNICIPAL COOSALUD EPS

Elabora:	Revisa:	Aprueba:	Pág. 1 de 6
Directora Endomarketing y Experiencia	Director de Procesos y Calidad	Presidente Ejecutivo	

 CONVOCATORIA A SESION DE ASODEUS GEU-F-02 Act.06 2020.nov.06		
NOMBRE DEL USUARIO	IDENTIFICACIÓN	FIRMA DEL USUARIO
Blanca Rodríguez	24234004	Blanca Rodríguez
Mara Antonia Ruiz	24234931	Mara Antonia Ruiz
Marlene Cruz Norena	24234228	Marlene Cruz
Argenis Carolina Torres	1002743639	Argenis Carolina T.
Ange Reyes Camargo	1032471279	Ange Reyes
Alfredo Domínguez U.	1053684470	Alfredo Domínguez
Flor Eugenia Campos	1058058341	Flor Campos
Mara Fernanda Campos	1008059027	Mara Fernanda C.
Jose Riano	4.258.061	Nelly Riano
Katherine Pinzon	1057412812	AKa Pinzon

FECHA : 28/07/2023
LUGAR : Oficina de COOSALUD EPS-S
HORA : 10:00 A.M.
ASISTENTES : (Se anexa firma de los asistentes).
OBJETIVO : Reunión educativa.

Agenda programada para el día:

1. Saludo
2. Exposición del tema preparado
3. Evaluación de la capacitación.

DESARROLLO DE LA SESIÓN DE CAPACITACIÓN

1. El Auxiliar de atención al usuario (BEYANITH JIMENEZ CARO), da la bienvenida a los asistentes, le agradece la asistencia a la reunión y da a conocer el objetivo de la capacitación.

1.1. TEMAS DEL MES.

Salud mental, vida buena en familia

SALUD MENTAL
COOSALUD

Argumentos Sanitarios

- Cerca de 1000 millones de personas tienen un trastorno mental y cualquier persona, en cualquier lugar, puede verse afectada.
- La depresión es una de las principales causas de enfermedad y discapacidad entre los adolescentes y los adultos.
- Uno de cada cinco niños y adolescentes tiene un trastorno mental.
- Las personas con trastornos mentales graves, como esquizofrenia, suelen morir de 10 a 20 años antes que la población general.
- Casi 800 000 personas se suicidan cada año (1 persona cada 40 segundos) y el suicidio es la segunda causa principal de mortalidad entre los jóvenes de 15 a 29 años.

Las buenas noticias

- Algunas de las afecciones de salud mental más comunes, como la depresión y la ansiedad, pueden tratarse con terapias de conversación, medicación, y una combinación de ambas.
- Efectuar exámenes médicos periódicos a las personas con trastornos mentales graves puede prevenir nuevos problemas.
- La calidad de vida de las personas con trastornos como el autismo y la demencia puede mejorarse significativamente cuando sus cuidadores reciben la formación adecuada.
- Los derechos de las personas con afecciones de salud mental pueden protegerse y promoverse mediante legislación y políticas de salud mental. Se centra en marcha de servicios comunitarios, atención y de salud, y la participación de personas que han vivido experiencias similares.

Elabora:	Revisa:	Aprueba:	Pág. 3 de 6
Directora Endomarketing y Experiencia	Director de Procesos y Calidad	Presidente Ejecutivo	

Cómo cuidar de la salud mental en familia



Algunas situaciones de la vida diaria nos pueden generar estrés, ansiedad, bajo estado de ánimo, agotamiento, irritabilidad, entre otros. Las siguientes recomendaciones facilitan el cuidado de la salud mental en familia y ayudan a reconocer, expresar y manejar nuestras emociones.

- 1 Desarrollar hábitos saludables**
Procurar actividad física, alimentación balanceada, higiene personal, organización del espacio y sueño reparador
- 2 Establecer rutinas**
Destinar horarios para la alimentación, cuidado personal, ocio, trabajo, estudio, labores del hogar, descanso y sueño.
- 3 Realizar actividades para compartir y fortalecer los vínculos**
Jugar, cocinar, comer juntos, conversar, compartir en familia
- 4 Convivir armónicamente**
Llegar a acuerdos, expresar adecuadamente las emociones, reconocer y respetar las de los demás y evitar juzgarnos
- 5 Mantener una actitud optimista y resiliente**
Reconocer las oportunidades en las dificultades, apoyarnos, aprender de las experiencias y reconocer que todo pasa

COOSALUD

Valores Coosalud

CONOCE NUESTROS VALORES
COOSALUD
Que puedes aplicar a tu vida



Derechos de los pacientes: Autodeterminación (II)

DERECHOS

A la autodeterminación, consentimiento y libre escogencia

- A que los representantes legales del paciente mayor de edad, en caso de inconciencia o incapacidad para decidir, consentan, disientan o rechacen actividades, intervenciones, insumos, medicamentos, dispositivos, servicios, procedimientos o tratamientos. El paciente tiene derecho a que las decisiones se tomen en el marco de su mejor interés.
- A que, en caso de ser menores de 18 años, en estado de inconciencia o incapacidad para participar en la toma de decisiones, los padres o el representante legal del menor puedan consentir, desistir o rechazar actividades, intervenciones, insumos, medicamentos, dispositivos, servicios, procedimientos o tratamientos. La decisión deberá siempre ser ponderada frente al mejor interés del menor.
- Al ejercicio y garantía de los derechos sexuales y derechos reproductivos de forma segura y oportuna, abarcando la prevención de riesgos y de atenciones inseguras.
- Ser respetado en su voluntad de participar o no en investigaciones realizadas por personal científicamente calificado, siempre y cuando se le haya informado de manera clara y detallada acerca de los objetivos, métodos, posibles beneficios, riesgos previsibles e incomodidades que el proceso investigativo pueda implicar.

COOSALUD

DERECHOS

A la autodeterminación, consentimiento y libre escogencia

- Ser respetado en su voluntad de oponerse a la presunción legal de donación de sus órganos para que estos sean trasplantados a otras personas. Para tal fin, de conformidad con el artículo 4° de la Ley 1805 de 2016, toda persona puede oponerse a la presunción legal de donación expresando su voluntad de no ser donante de órganos y tejidos, mediante un documento escrito que deberá autenticarse ante notario público y radicarse ante el Instituto Nacional de Salud - INS. También podrá oponerse al momento de la afiliación a la EPS, la cual estará obligada a informar al Instituto Nacional de Salud, INS.
- Cambiar de régimen, ya sea del subsidiado al contributivo o viceversa, dependiendo de su capacidad económica, sin cambiar de EPS y sin que exista interrupción en la afiliación, cuando pertenezca a los niveles 1 y 2 del SISBÉN o las poblaciones especiales contempladas en el artículo 2.1.5.1 del Decreto 780 de 2016

COOSALUD

Elabora:	Revisa:	Aprueba:	Pág. 4 de 6
Directora Endomarketing y Experiencia	Director de Procesos y Calidad	Presidente Ejecutivo	

Se presenta la RED DE PRESTADORES y posteriormente CANALES DE COMUNICACIÓN de Coosalud EPS.



Procedemos a realizar la entrega y posterior elaboración del formato de evaluación de la capacitación. Se anexan copias.

Elabora:	Revisa:	Aprueba:	Pág. 5 de 6
Directora Endomarketing y Experiencia	Director de Procesos y Calidad	Presidente Ejecutivo	

COOSALUD En Pos de tu bienestar	ACTA DE CAPACITACION CONTINUA	GEU-F-18 Act.05 2022.sep.26
---	--------------------------------------	-----------------------------------

Mario Fermida de Nova	24 233 594
García Eneiz Muebles	23 965 836
Lilia Patricia Alvarez Luna	46683429
Martha Pacheco	24234874
Gloria Inez Hainier Martin	23965830
Alang Lorena Bernal Ruiz	103741244
Blanca Ines Mendoza	23 753 998
Karen Lorena Jara	1024460103
Steven Andres Sanchez G.	1012141418

Elabora: Directora Endomarketing y Experiencia	Revisa: Director de Procesos y Calidad	Aprueba: Presidente Ejecutivo	Pág. 4 de 5
--	--	---	-------------

Elabora: Directora Endomarketing y Experiencia	Revisa: Director de Procesos y Calidad	Aprueba: Presidente Ejecutivo	Pág. 6 de 6
--	--	---	-------------