Hospital
Materno Infantil
Ciudadela Metropolitana de Soledad

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

DIMENSION DE VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRANSMISIBLES

SEGUNDO TRIMESTRE
MAYO

2024

ALCALDÍA de
SOLEDAD

45

Hospital
Materno Infantil
Ciudadela Metropolitana de Soledad

CONMEMORACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL (17 DE MAYO) Y DIABETES (14 DE NOVIEMBRE)

91

ALCALDÍA de
SOLEDAD

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)
DIMENSION DE VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES





La presión arterial es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a su cuerpo. Hipertensión es el término que se utiliza la presión arterial alta

Si se deja sin tratamiento, la presión arterial puede llevar a muchas afecciones médicas. Estas incluyen enfermedades del corazón, accidente cerebrovascular, insuficiencia renal, problemas en los ojos y otros problemas de salud.

Las lecturas de la presión arterial generalmente se dan como dos números. El número superior se denomina presión arterial sistólica. El número inferior se llama presión arterial diastólica.

Una presión arterial normal es cuando la presión arterial es menor a 120/80 mm Hg la mayoría de las veces.

Una presión arterial alta (hipertensión) es cuando uno o ambos números de la presión arterial son mayores de 130/80 mm Hg la mayoría de las veces.

Si el valor del número superior de su presión arterial es entre 120 y 130 mm Hg y el valor del número inferior es menor a 80 mm Hg, se denomina presión arterial elevada.

Con motivo del día Mundial de la Hipertensión hoy hablamos de ella y te contamos cómo cuidarte para que esta no sea un riesgo para tu salud.

Podemos decir que la hipertensión arterial afecta más del 30% de la población adulta mundial. Esta es el principal factor de riesgo para padecer algunas enfermedades como son

las: cardiovasculares, especialmente enfermedad coronaria y enfermedad cerebrovascular. Además de estas también puede estar relacionada con la enfermedad renal crónica, la insuficiencia cardíaca y la demencia.

La medición precisa de la presión arterial es fundamental para el diagnóstico y el tratamiento adecuado de la hipertensión



CAUSAS

Muchos factores pueden afectar la presión arterial, incluso:

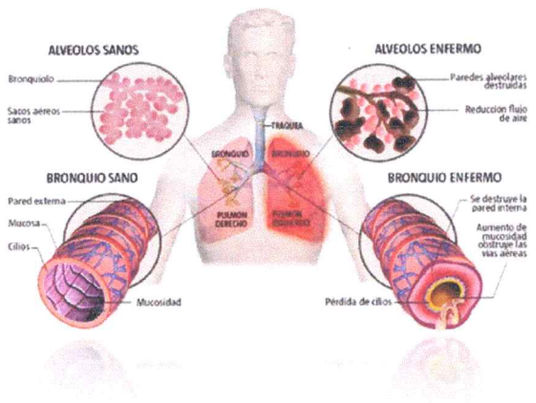
- La cantidad de agua y de sal que usted tiene en el cuerpo
- El estado de los riñones, el sistema nervioso o los vasos sanguíneos
- Sus niveles hormonales
- Temperatura (frio o calor)
- Ciertos medicamentos
- Dolor de cabeza
- Dolor en la nuca
- Somnolencia;
- Zumbido en los oídos;
- Pequeños puntos de sangre en los ojos;
- Visión doble;
- Dificultad para respirar
- Nauseas

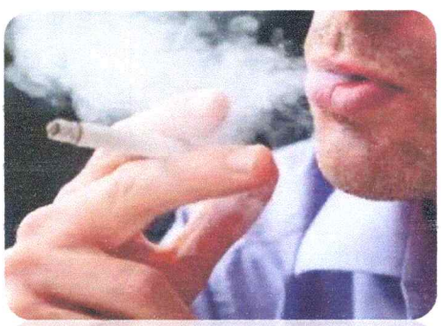
La hipertensión arterial aumenta la probabilidad de sufrir un accidente cerebrovascular, un Ataque cardíaco, insuficiencia cardíaca, enfermedad renal o muerte prematura.

Usted tiene un riesgo más alto de sufrir hipertensión arterial si:

- Es afroamericano
- Es obeso
- Con frecuencia está estresado o ansioso
- Toma demasiado alcohol (más de 1 trago al día para las mujeres y más de 2 al día para los hombres)
- Consume demasiada sal
- Tiene un antecedente familiar de hipertensión arterial
- Tiene diabetes
- Fuma



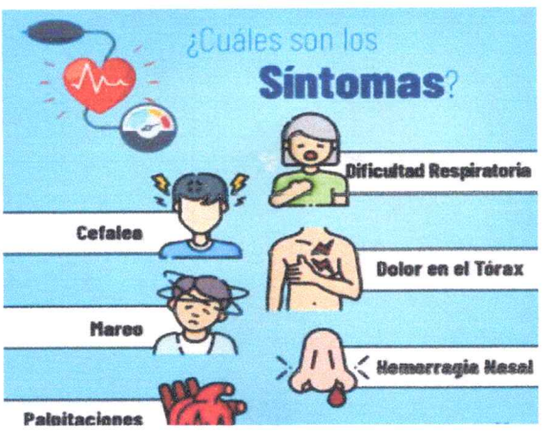




SÍNTOMAS DE PRESIÓN ARTERIAL ALTA.

La única manera de saber si se tiene hipertensión es la medida de la tensión arterial.Podemos decir que algunos pacientes se quejan de dolores de cabeza y nuca cuando tienen cifras elevadas de tensión.

Es importante conocer los síntomas de las enfermedades que se relacionan con la hipertensión, como puede ser, dolor torácico, dificultad en la respiración o sensación de ahogo, edemas, es decir, hinchazón causada por la acumulación de líquido en los tejidos del cuerpo , sangre en la orina, dolor en piernas con el ejercicio, entre otros... Ya que indirectamente se puede descubrir que el paciente es hipertenso.



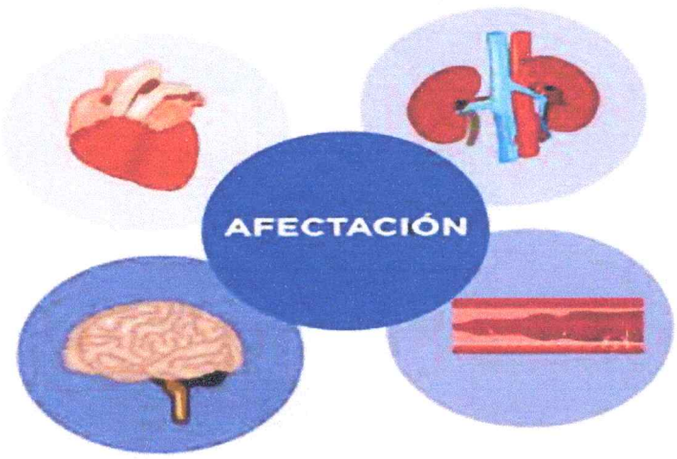
LA HIPERTENSIÓN Y SU RELACIÓN CON OTRAS ENFERMEDADES

Ya hemos comentado que la causa es desconocida salvo en unos pocos casos. Algunos problemas hormonales como: feocromocitoma, hiperaldosteronismo e hipertirodismo; pueden provocar hipertensión. También la insuficiencia renal y la apnea del sueño se relacionan con hipertensión.



QUÉ LE PASA A MI CUERPO SI TIENE HIPERTENSIÓN

La hipertensión no tratada puede dañar a varios órganos y sistemas del organismo. Entre los principales órganos que puede dañas son: el corazón, ojos y riñones. En cuanto a los sistemas, el más afectado es el sistema arterial, el cual, indirectamente provoca patologías en otros órganos: infarto de miocardio, ictus o claudicación intermitente en las piernas.



Efectos de la hipertensión sobre tu cuerpo

La presión arterial alta no solo es un factor de riesgo de enfermedades cardíacas.

El tratamiento y los cambios en el estilo de vida pueden ayudar a controlar la hipertensión arterial para reducir el riesgo de enfermedades que ponen en riesgo la vida.

Daño a las arterias

Las arterias sanas son flexibles, fuertes y elásticas. Su revestimiento interior es liso para que la sangre fluya libremente, y suministre nutrientes y oxígeno a los órganos y tejidos vitales.

Con el tiempo, la presión arterial alta aumenta la presión de la sangre que fluye por las arterias. Esto puede causar:

Daño y estrechamiento de las arterias. La hipertensión arterial puede dañar las células del revestimiento interno de las arterias. Cuando las grasas de los alimentos ingresan en el torrente sanguíneo, pueden acumularse en las arterias dañadas. Con el tiempo, las paredes arteriales se vuelven menos elásticas. Esto limita el flujo sanguíneo en todo el cuerpo.

Aneurisma. Con el tiempo, la presión constante de la sangre que circula por una arteria debilitada puede hacer que parte de la pared arterial se abombe. Esto se denomina aneurisma. Un aneurisma puede reventar y producir un sangrado potencialmente mortal en el interior del organismo. Los aneurismas pueden formarse en cualquier arteria. Pero son más comunes en la arteria más grande del cuerpo, la aorta.

Daño al corazón

La presión arterial alta puede causar numerosas afecciones cardíacas como las que se indican a continuación:

Enfermedad de las arterias coronarias. La presión arterial alta puede estrechar y dañar las arterias que suministran sangre al corazón. Este daño se conoce como enfermedad de las arterias coronarias. Un flujo sanguíneo insuficiente al corazón puede derivar en dolor torácico, denominado angina de pecho. Puede llevar a ritmos cardíacos irregulares, denominados arritmias. También puede llevar a un ataque cardíaco.

Insuficiencia cardíaca. La presión arterial alta ejerce presión sobre el corazón. Con el tiempo, esto puede hacer que el músculo cardíaco se debilite o se vuelva rígido y no funcione de la forma que debería hacerlo. El corazón agobiado empieza lentamente a fallar.

Agrandamiento del ventrículo izquierdo. La presión arterial alta obliga al corazón a trabajar más para bombear sangre al resto del cuerpo. Esto hace que la cavidad inferior izquierda del corazón, llamada ventrículo izquierdo, se engrose y se produzca un agrandamiento. Un ventrículo izquierdo engrosado y agrandado aumenta el riesgo de ataque e insuficiencia cardíacos. También aumenta el riesgo de muerte cuando el corazón deja de latir repentinamente, lo que se denomina muerte cardíaca súbita.

Síndrome metabólico. La presión arterial alta aumenta el riesgo de síndrome metabólico. Este síndrome es un conjunto de enfermedades que pueden derivar en enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y diabetes. Las enfermedades que componen el síndrome metabólico son presión arterial alta, glucosa sanguínea alta, niveles elevados de grasas en la sangre denominados triglicéridos, niveles bajos de colesterol de lipoproteína de alta densidad, que es el colesterol "bueno", y demasiada grasa corporal alrededor de la cintura.

Daño al cerebro

El cerebro depende de un suministro sanguíneo nutritivo para funcionar correctamente. La hipertensión arterial puede afectar al cerebro de las siguientes maneras:

Accidente isquémico transitorio. A veces se lo llama miniaccidente cerebrovascular. Un accidente isquémico transitorio se produce cuando el suministro de sangre a una parte del cerebro se obstruye durante un breve período. Las arterias endurecidas o los coágulos sanguíneos causados por la presión arterial alta pueden derivar en accidentes isquémicos transitorios. Un accidente isquémico transitorio es, por lo general, una advertencia de que corres riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular.

Accidente cerebrovascular. Un accidente cerebrovascular ocurre cuando una parte del cerebro no recibe suficiente oxígeno ni nutrientes. También puede ocurrir cuando hay un sangrado dentro o alrededor del cerebro. Estos problemas causan la muerte de las neuronas cerebrales. Los vasos sanguíneos dañados por la presión arterial alta pueden estrecharse, romperse o tener fugas. La presión arterial alta también puede ser la causa de la formación de coágulos en las arterias que llegan al cerebro. Los coágulos pueden obstruir el flujo sanguíneo y aumentar el riesgo de accidentes cerebrovasculares.

Demencia. El estrechamiento o la obstrucción de las arterias puede limitar el flujo sanguíneo al cerebro. Esto podría derivar en un cierto tipo de demencia, llamada demencia vascular. Un solo accidente cerebrovascular o múltiples accidentes cerebrovasculares pequeños que interrumpen el flujo sanguíneo hacia el cerebro también pueden causar demencia vascular.

Deterioro cognitivo leve. Esta afección implica tener más problemas de memoria, lenguaje o pensamiento que otros adultos de tu edad. Pero los cambios no son tan importantes como para afectar la vida diaria, como ocurre con la demencia. La presión arterial alta puede llevar a un deterioro cognitivo leve.

Daño a los riñones

Los riñones filtran el exceso de líquido y desechos de la sangre; para este proceso, es necesario que los vasos sanguíneos estén sanos. La presión arterial alta puede dañar los vasos sanguíneos que desembocan en los riñones. Tener diabetes junto con presión arterial alta puede empeorar los daños.

Los vasos sanguíneos dañados impiden que los riñones filtren de manera eficaz los desechos de la sangre. Esto permite que se acumulen niveles peligrosos de líquidos y residuos. Cuando los riñones no funcionan lo suficientemente bien por sí solos, se produce una afección grave denominada insuficiencia renal. Es posible que el tratamiento incluya diálisis o un trasplante de riñón. La presión arterial alta es una de las causas más comunes de insuficiencia renal.

Daño a los ojos

La presión arterial alta puede dañar los vasos sanguíneos diminutos y delicados que suministran sangre a los ojos, lo que causa lo siguiente:

Daño en los vasos sanguíneos de la retina, también llamado retinopatía. La retina es una capa de células fotosensibles situada en la parte posterior del ojo. Los daños en los vasos sanguíneos de la retina pueden derivar en sangrado ocular, visión borrosa y pérdida total de visión. Tener diabetes junto con presión arterial alta aumenta el riesgo de retinopatía.

Acumulación de líquido por debajo de la retina, también llamada coroidopatía. Esta afección puede llevar a visión distorsionada o, en ocasiones, formación de cicatrices que empeoran la visión.

Daño nervioso, también llamado neuropatía óptica. La obstrucción del flujo sanguíneo puede dañar el nervio óptico que envía las señales luminosas al cerebro. Los daños pueden llevar a sangrado dentro del ojo o pérdida de la visión.

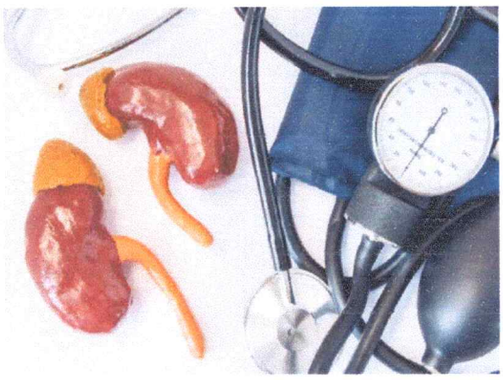
RIESGOS DE LA PRESIÓN ARTERIAL ALTA.

Por sí sola, la hipertensión supone un aumento del riesgo de padecer los eventos cardiovasculares anteriormente mencionados. Además, parece que hay una relación estrecha entre la hipertensión, la fibrilación auricular, el deterioro cognitivo y la demencia. Pero debemos tener en cuenta que, con frecuencia, la hipertensión se asocia a dislipemia y diabetes, aumentado, de forma importante, el riesgo cardiovascular.



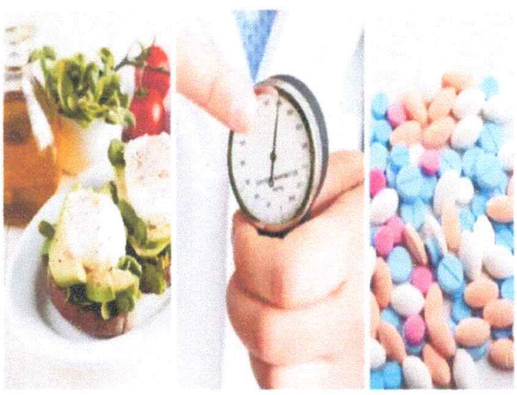
PERFIL DE PACIENTES HIPERTENSOS

Debemos estar vigilantes en individuos con antecedentes familiares de hipertensión, puesto que ya hemos indicado que existe un componente hereditario importante. La edad también es importante puesto que, a mayor edad, mayor probabilidad de tener hipertensión.



TRATAMIENTO DE LA HIPERTENSIÓN

La hipertensión sólo se cura en los pocos casos en los que es debida a algún problema hormonal a los que nos referimos previamente o la apnea del sueño.



En cuanto al tratamiento, éste se basa en 3 pilares. Los cambios en el estilo de vida, la dieta y los medicamentos.

Los cambios en el estilo de vida hacen referencia a la realización de ejercicio moderado de forma regular, control del peso, moderación del consumo de alcohol y abandono del tabaco.

En cuanto a la dieta, el factor principal es la reducción de la ingesta de sal, limitando el consumo a menos de 5 gramos al día.

La medicación es el último pilar, siendo el médico el que decidirá cuál es el mejor tratamiento que se adapta a cada caso.

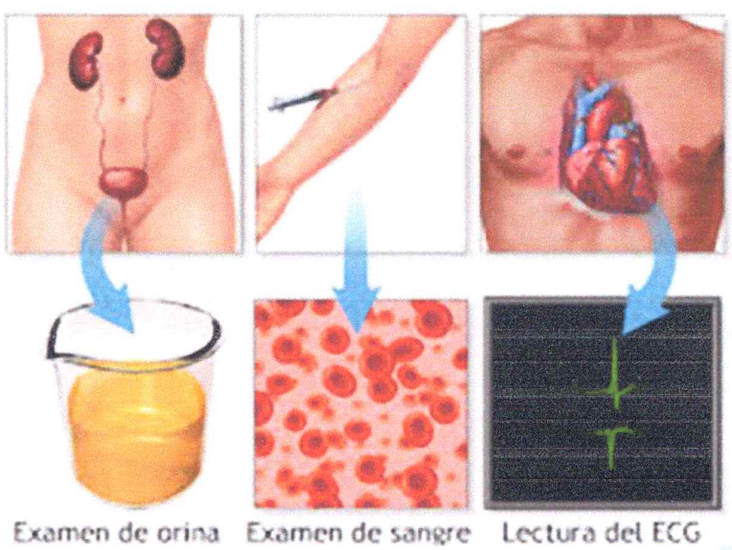


EMERGENCIAS DE LA HIPERTENSIÓN

La presión arterial alta suele ser una afección crónica que causa daños lentamente a lo largo de los años. Pero a veces la presión arterial sube tan rápida y gravemente que se convierte en una urgencia médica. Cuando esto ocurre, es necesario un tratamiento inmediato, a menudo con atención hospitalaria.

Alteración repentina en los latidos cardíacos que lleva a la acumulación de líquido en los pulmones y falta de aliento, lo cual también se llama edema pulmonar.

Pérdida repentina de la función renal.



Hospital
Materno Infantil
Ciudadela Metropolitana de Soledad

ALCALDÍA de
SOLEDAD

28

Actividad N° 1

SECRETARÍA LOCAL DE SALUD

ALCALDÍA de SOLEDAD

CERTIFICADO DESARROLLO ACTIVIDAD PIC

Por medio de la presente se certifica que se realizó la actividad a cabalidad de acuerdo a lo dispuesto en el anexo 1 "CONDICIONES TÉCNICAS ACTIVIDADES Y PRESUPUESTO POR DIMENSIÓN PIC 2024" del CONTRATO INTERADMINISTRATIVO bajo el número SS-CD-2024 001 cuyo objeto es **CONTRATO INTERADMINISTRATIVO PARA LA EJECUCIÓN DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS – PIC - VIGENCIA 2024 DEL MUNICIPIO DE SOLEDAD- ATLÁNTICO,**

1. **TRIMESTRE:** II TRIMESTRE MAYO 2024
2. **ÍTEMS:** 21
3. **DIMENSIÓN:** VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRANSMISIBLE
4. **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:**
   Conmemorar el día mundial de prevención de la hipertensión (17 de mayo) y diabetes (14 de noviembre)
5. **FECHA:** 17 DE MAYO 2024

Atentamente,

GERMAN LOSADA LIEVANO
CC. 1.075.233.740
GESTOR DIMENSIÓN VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRANSMISIBLES

Soledad / Atlántico, 9 de Mayo de 2024

Señor(a)
Moices Angulo.
Dirección: Calle 62A Cra 3.
Barrio: Nuevo portal

Cordial Saludo

La Secretaría De Salud Municipal De Soledad, en cumplimiento a lo estipulado en el Plan De Intervenciones Colectivas (PIC) 2024, contemplado en la Ley 1122 De 2007 Art 33, Ley 1438 De 2011 Art 6 Y En Las Resoluciones 1841 Del 2013 Y 0518 Del 2015, solicita a usted su colaboración y capacidad de liderazgo para incentivar y sensibilizar a su comunidad en la participación de actividades educativas y estrategias IEC, facilitándonos espacios para el desarrollo de estas actividades; las cuales serán ejecutadas por el equipo de profesionales de la ESE Hospital Materno Infantil Ciudadela Metropolitana De Soledad y tienen el propósito de aportar al mejoramiento de la Salud de la población a través de la promoción en Salud.

Actividad a Desarrollar: Conmemorar el día de prevención de la Hipertensión (17 de mayo) y diabetes. (14 de Noviembre).

Cantidad de personas a intervenir: 100.

Responsables: Ana Rivas, Esther Segura, Eliana López, José Ferrer

Fecha Realización actividad: 17 de Mayo

Hora: 8:00 Am

Agradeciendo su colaboración y pronta respuesta

Atentamente,

Jalicssa Arrieta O.
JALICSSA ARRIETA ORTEGA
Coordinadora Plan De Salud De Intervenciones Colectivas

Moices Angulo
1.062.817.621
3015515092

ACTA DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Información General

Fecha: 17 de Mayo del 2024

Lugar: Nuevo portal

Hora Inicio: 8:10 am **Hora final:** 12:50 pm

Ámbito: Urbano **Entorno:** Comunitario

Dimensión: Vida saludable y Condiciones no transmisibles.

Participantes: Comunidad.

Temas: Conmemoración del día de la prevención de Hipertensión Arterial.

Objetivo:

Conmemorar el día mundial de prevención de la Hipertensión (17 de mayo) y diabetes (14 de Noviembre).

Responsables: Ana Rivas (Medico PIC), Eder segura (Higienista PIC), Jose ferrer (Medico PIC), Eliana López (Enfermera PIC),

Observaciones:

Se realizó actividad educativa Si (✓) No ( ).
Material audiovisual de apoyo Si ( ) No (✓)
Se realiza entrega de material educativo. Folletos (SI ✓) Afiches ( ) Cartilla ( )

Firma para constancia de esta actividad:

Moises Angulo 1062.817621 - 3015515092

Firma Veedor de la comunidad o su equivalente:

Edwin Eli Blanco 57.298449 . 3138961821

CONMEMORACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL (17 DE MAYO) Y DIABETES (14 DE NOVIEMBRE)

El día 17 de mayo de 2024 siendo las 8:10 a.m. el equipo multidisciplinario la ESE Hospital Materno Infantil y el Plan de intervenciones colectivas se encontraba reunido con la comunidad del barrio nuevo portal del municipio de soledad, con el objetivo de realizar una jornada de salud y autocuidado con población de todos los ciclos de vida, enfocada en la prevención de la hipertensión arterial (17 de mayo) y la diabetes (14 de noviembre).

Se intervino a los participantes, los cuales se relacionan según curso de vida, género, aseguramiento en salud y poblaciones con condiciones o situaciones particulares. (Ver cuadro adjunto).

CONMEMORAR EL DÍA MUNDIAL DE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSION ARTERIAL (17 DE MAYO) Y DIABETES (14 DE NOVIEMBRE)																			
Barrio Nuevo Portal	CICLO DE VIDA						GENERO												
	PRIMERA INFANCIA	INFANCIA	ADOLECEN	JUVENTUD	ADULTEZ	VEJEZ	F	M	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO REPORTA	INDIGENA	AFRODESCENDIENTE	VENEZOLANO	VICTIMA DEL CONFLICTO	DISCAPACIDAD	LGBTIQ+	TOTAL	NUMERO DE INTERVENCIONES
	0-5	6-11	12-17 AÑOS	18-28 AÑOS	29-59 AÑOS	>60 AÑOS													
TOTAL	14	12	16	10	24	24	72	28	12	75	13	0	0	15	0	1	0	100	1

AFILIACION DE SALUD EPS											
ARMADA	CAJACOPI	MUTUALSER	COOSALUD	SALUD TOTAL	SANITAS	FAMISANAR	NUEVA EPS	NO REPORTA	REGIMEN ESPECIAL	MEDIEPS	COMPENSAR
1	12	24	10	12	7	1	20	13	0	0	0

Se conto con la presencia de la alcaldía a través de la oficina de aseguramiento, Sisbén, salud pública, se acompañó la Jornada con charlas relacionadas con el cuidado que se debe tener para evitar posibles consecuencias por hipertensión arterial.

La ESE Hospital Materno Infantil y el plan de intervenciones colectivas hizo presencia con la realización de tamizajes de presión arterial, peso y talla, demandas inducidas, como la aplicación de vacunas y fluorización.

La coordinadora del PIC, Jalicssa Arrieta abordo la temática a través de una actividad participativa para interactuar con la comunidad y lograr establecer el grado de conocimiento con respecto a la temática de la hipertensión arterial, realizando una serie de preguntas al público presente sobre estilos de vida, buenas prácticas, enfatizando a los pacientes inasistentes al programa de hipertensión arterial.

Se conto con la intervención de psicología quien realizo educación en salud mental, enfatizando en la importancia de tener hábitos saludables y como gestionar las emociones.

Se realizo el tamizaje de tensión arterial por parte de la doctora Ana María Rivas, identificando a 2 pacientes hipertensos con cifras arteriales en rango de crisis hipertensivas tipo urgencia hipertensiva, ante esto se da atención inicial, y al permanecer en crisis hipertensiva se decide el traslado de los pacientes en compañía de sus familiares al servicio de urgencias en la E.S.E. **HOSPITAL MATERNO INFANTIL DE LA SEDE DE LA CENTRAL** a carago de la medico antes mencionada y la enfermera jefe Eliana López entregando los pacientes al médico de turno Jairo Escobar Jiménez; Además se realizan demandas inducidas, por inasistencia al control de crecimiento y desarrollo, por inscripción al programa de crónico por falta de portabilidad de la ciudad de Cali a soledad para luego realizar el respectivo aseguramiento y otro inasistencia al programa por parte del usuario en su Ips donde recibe sus servicios de salud.

Posteriormente continuo el medico José Ferrer realizando una charla educativa donde explico que la hipertensión arterial se puede descubrir durante un examen periódico de salud con un aumento de las cifras de tensión arteriales por encima de los valores internacionalmente aceptados de normo tensión. A pesar de ser un valor instantáneo, no se puede afirmar que alguien es hipertenso a raíz de una toma de tensión arterial aislada, siendo necesario derivar al paciente a su centro e salud para un estudio más minucioso del caso, desprendiéndose de este estudio un diagnóstico y un tratamiento acordes con el estado de salud del paciente.

Se indican los factores de riesgo y causas donde se mencionan: Hábitos de estilo de vida saludables, como no fumar, hacer ejercicio y comer bien, pueden ayudar a prevenir y tratar la presión arterial alta. Se explica la importancia a la adherencia del tratamiento ya que si no se sigue adecuadamente aumenta el riesgo de eventos cardiovasculares y otros problemas de salud graves. Es importante

controlar la presión arterial al menos cada dos años a partir de los 18; Aunque Algunas personas necesitan controles con mayor frecuencia.

Dentro de los síntomas se comenta la mayoría de las personas con presión arterial alta no tienen síntomas, incluso si las lecturas de presión arterial alcanzan niveles peligrosamente altos. Se puede tener presión arterial alta durante años sin presentar ningún síntoma. Algunas personas con hipertensión arterial pueden presentar lo siguiente: Dolores de cabeza, Falta de aire, Sangrados nasales. Sin embargo, estos síntomas no son específicos. No suelen aparecer hasta que la presión arterial alta haya alcanzado un estado grave o que pone en riesgo la vida.

Finalmente interviene el instructor lleva a cabo una actividad de estiramiento y actividad física, el instructor enfatizó la importancia de hacer ejercicio como clave del autocuidado, así como una alimentación saludable, a la población asistente teniendo presente que la práctica de la misma es considerada el arma secreta para sentirse mejor, vivir más tiempo y desacelerar el proceso de envejecimiento, además, previene diabetes, enfermedades cardiovasculares y haciendo parte del tratamiento de artritis, la ansiedad y la depresión, que comúnmente son problemas de salud que se presentan en los adultos mayores.

Dando a conocer la importancia de la conmemoración del 17 de mayo Día Mundial de la Hipertensión Arterial cuya finalidad es la de promover la concienciación y los esfuerzos para prevenir, diagnosticar y controlar la hipertensión arterial, condición que constituye el principal factor de riesgo para padecer enfermedades cardiovasculares. De igual manera resaltar los estilos de vida saludables cómo medida de protección para disminuir la aparición de enfermedades crónicas.

Alterno a esta actividad se hidrata al personal asistente y se entrega material IEC folletos con información alusiva a la temática desarrollada.

Para finalizar se realizan se obsequian detalles y se ofrece una merienda saludable (frutas)

Se observa receptividad y participación por parte de los asistentes. Una vez expuesta la temática se crea un espacio para despejar dudas e inquietudes sin embargo no manifiestan pregunta alguna.

Se da por finalizada la actividad a las 12:50 p.m. con la firma del acta de la actividad del Plan de Intervenciones Colectivas por parte del líder comunitario Moisés Angulo y como veedora la señora Ana Elis Blanco dando fe de la realización de la actividad. Esta actividad pertenece a la Dimensión Vida Saludable y Condiciones no Transmisibles.

NOTA: La movilización no se pudo realizar porque por motivos climáticos y cifras tensionales de algunos asistentes los médicos lideres consideraron no pertinente exponerlos a una marcha en ese momento, Adicionando la poca garantía de seguridad del sector.

RECOMENDACIONES:

La población intervenida expresa su deseo de constantemente recibir este tipo de capacitaciones, que les permita informarse sobre el tema.

Ana María Rivas.
ANA RIVAS MEDICO PIC

Jose L. Ferrer C.
JOSE FERRER MEDICO PIC

EDER SEGURA BRAVO.
EDER SEGURA HIGIENISTA PIC

ELIANA LOPEZ ENFERMERA

ACTIVIDAD: Conmemorar el día mundial de prevención de la hipertensión (17 de mayo)

EQUIPO DE TRABAJO

No.	PERFIL	EXPERIENCIA	ROL
1	MEDICO-JOSE FERRER	3 AÑOS DE EXPERIENCIA SECTOR PUBLICO	LIDER
2	MEDICO-ANA MARIA RIVAS	1 AÑO DE EXPERIENCIA	LIDER
3	HIGIENISTA-EDER SEGURA	15 AÑOS DE EXPERIENCIA	LIDER
5	ENFERMERA-ELIANA LOPEZ	5 AÑOS DE EXPERIENCIA SECTOR PUBLICO	LIDER

RECURSOS ECONOMICOS

COSTOS	PRODUCTO/SERVICIO	PRECIO UNITARIO	PRECIO TOTAL
COSTOS DIRECTOS	HONORARIOS MEDICO	$ 176.471	$ 176.471
COSTOS DIRECTOS	HONORARIOS MEDICO	$ 166.666	$ 166.666
COSTOS DIRECTOS	HONORARIOS HIGIENISTA	$ 178.571	$ 178.571
COSTOS DIRECTOS	HONORARIOS ENFERMERA	$ 125.000	$ 125.000
COSTOS DIRECTOS	TRANSPORTE CONTRATO CD-MNC-102-2024	$ 75.333	$ 75.333
COSTOS INDIRECTOS (LOGISTICA, INSUMOS-MERIENDAS, HIDRATACION, SOUVENIRES, COFFE BREAK, PAPELERIA-, PUBLICIDAD-FOLLETOS, PENDONES)	CONTRATISTA SURGICALDISTRIBUIDOR HURTADO OROZCO LIMITADA DIS-SURGICAL LTDA (CD-MNC-074-2024)	$ 9.277.959	$ 9.277.959
TOTAL		**$ 10.000.000**	**$ 10.000.000**

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 Pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:

Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:
Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm





EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS:

Fecha: MAYO 17 de 2024 **Hora:** 8:10 am a 12:50 pm



Hospital Materno Infantil Ciudadela Metropolitana de Soledad	E.S.E HOSPITAL MATERNO INFANTIL CIUDADELA METROPOLITANA DE SOLEDAD	CÓDIGO: FO-PIC-02
		VERSIÓN: 03
	CONTROL DE ASISTENCIA ACTIVIDADES PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS "PIC"	FECHA: 18/02/2024

DIMENSION	Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles.
RESPONSABLE	Ana Rios, Eder Segura, Jose Ferrer, Eliana Lopez
ENTORNO	Comunitario
LUGAR	Nuevo Portal.
VEEDOR DE LA ACTIVIDAD	Ana Elis Blanco

Año	Mes	Dia
2024	Mayo	17

Nº	DATOS DE IDENTIFICACION			SEXO		UBICACIÓN		AFILIACION EN SALUD				PERTENECE A LA POBLACION						FIRMA
	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DE IDENTIFICACION	EDAD	F	M	DIRECCION	TELEFONO	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO REPORTA	EPS	INDIGENA	AFRO	VENEZOLANO	VICTIMA DEL CONFLICTO	DISCAPACIDAD	LGTBIQ+	
1	Isley J. Espitia Marquez	1242192978	3	✓		cra3c #62-03	3234909144		✓		Coosalud							Anadania M.L
2	Samuel An Espitia M.	1045725170	8		✓	Villa carmen II	3234909144		✓		Coosalud							Anadania M.L
3	Saqueline oseda	1044974578	7	✓		Villa carmen II	3043252506		✓		mutual cell							Saqueline oseda
4	Abram David Fajardo	1481066	5		✓	villa carmen II	3043252506		✓		mutual cell							Saqueline oseda
5	Shadyo Hernandez	1047054892	11	✓		villa carmen	3242834508		✓		NEPS							Shadyo Hernandez
6	Shady Hernandez	1047054893	11	✓		Villa Carmen	3242834508		✓		NEPS							Shady Hernandez.
7	Kendris Johanna.	1.23788821	8	✓		calle 61B #3C15.	3128526292		✓		salu Total							Kendris P.
8	Esnaider Davi-P.	1234897233	3		✓	calle 61B #3C15	3128526292		✓		salu Total							esnaider D
9	Shairy Andrea P.	1234895012	5	✓		Calle 61B #3C15	3128526292		✓		salu Total							Shairy Andrea.
10	Aranza Cardenas	60673035	5	✓		villa carmen 1	3016524052		✓		cajacopi							Dulmaris Rodriguez
11	Andrea Gonzalez	20/09/14	12	✓		Villa carmen 1	3243249948			✓								Belkis G.
12	Valeria Garcia	20/07/11	13	✓		Villa Carmen 1	3243249948			✓								Belkis G.
13	Saray Garcia	22/01/22	2	✓		Villa Carmen 1	3243249948			✓								Belkis G.
14	Lizeth Colon	1093176879	10	✓		Villa Carmen 2	3023047334	✓			Sanitas							Alcalde pdte
15	Genesis Colon	1130282126	6	✓		Villa Carmen 2	3023047334	✓			Sanitas							Alcalde pdte
16	Yoselka Leon	20178961	3	✓		Villa Carmen 2	3015161814	✓			Nuevo eps			✓				Yoselka Leon
17	Maimangel mercado	1044664657	7	✓		Villa Carmen 2	3004298203	✓			NEPS							Maimangel Mercado
18	Jhon Freddy garcia	1010604	14		✓	villa carmen 2	3015515092	✓			Salud total							Smirleys Rodriguez
19	Gael David machacon	1043773797	3		✓	Villa Carmen 2	3114377085	✓			Sanitas							Jhon Freddy
20	Joshua Pareja	1234896693	4		✓	Villa Carmen 2	3006227722	✓			NEPS							[illegible]

ACTIVIDAD:

Dia Mundial de la prevención de la Hipertensión

Mediante el registro de sus datos personales en el presente formato, usted autoriza a la ESE Hospital Materno Infantil de Soledad a la recolección, almacenamiento y uso de los mismos con la finalidad de adelantar el trámite de resgitro y evidencia del evento de presencia institucional. Como Titulas de información tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, solicitar prueba de la autorizaciónotorgada para su tratamiento, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, para presentar quejas ante la ESE por infracción a la ley estatutaria 1581 de 2012, revocar la autorización y/o solicitar la suspensión de sus datos en los casos en que sea procedente y acceder en forma gratuita a los mismos.

Hospital Materno Infantil Ciudadela Metropolitana de Soledad	E.S.E HOSPITAL MATERNO INFANTIL CIUDADELA METROPOLITANA DE SOLEDAD	CÓDIGO: FO-PIC-02
		VERSIÓN: 03
	CONTROL DE ASISTENCIA ACTIVIDADES PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS "PIC"	FECHA: 18/02/2024

DIMENSION	Vida saludable y Condiciones no transmisibles.
RESPONSABLE	Ana Rivas, Eder Segura, Eliana Lopez, José Tener.
ENTORNO	Comunitario.
LUGAR	Nuevo Portal.
VEEDOR DE LA ACTIVIDAD	Ana Elis Blanco.

Año	Mes	Dia
2024	Mayo	17

Nº	DATOS DE IDENTIFICACION			SEXO		UBICACIÓN		AFILIACION EN SALUD				PERTENECE A LA POBLACION						FIRMA
	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DE IDENTIFICACION	EDAD	F	M	DIRECCION	TELEFONO	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO REPORTA	EPS	INDIGENA	AFRO	VENEZOLANO	VICTIMA DEL CONFLICTO	DISCAPACIDAD	LGTBIQ+	
1	Gabriel Molina	21416499	14		✓	Cuscuspa	—			✓				✓				Gabriel
2	Jorge Reyes	1137284196	13		✓	Ciudad paraiso	—	✓			S. total							Jorge Reyes
3	Diego Meza	1149438452	11		✓	Villas del Portal 1	3006687468			✓								Diego Meza
4	CRISTOPHER	3/04/2010	14		✓	Nuevo Malecon	3205036611		✓		S. total							Cristopher
5	Shonny Angel	1151472766	13		✓	nuevo malecon	3024425448		✓		mutual ser							Shonny Angel
6	Isaias Martinez	1/02/2010	14		✓	Nuevo malecon	3015493033		✓		Sefotal							Isaias
7	Junior Maldonado	5352864	11		✓	Villa carmen	3023121098		✓		S. total			✓				Junior
8	Roynar Gonzalez	52088863	13		✓	Villa carmen	3113257792		✓		C. copi			✓				Roynar
9	angel Lugo Briceno	31/12/2013	10		✓	Villa carmen	3049016872		✓		coosalud							angel Lugo
10	Rosbeily Naranjo	22/05/15	8	✓		Villa comunal	3016018679		✓		M. Sur							Rosbeilys
11	Valentina Jimenez	1130280772	12	✓		villacarmen 2	3243240610		✓		m'ser							Arelit R
12	Sara Jimenez	26-06-18	05	✓		Villacarmen 2	3243240610		✓		m. ser							Arelit R
13	Victoria Carolina	7/06/2009	14	✓		villacarmen 2	3049016872			✓								Roxana
14	Sebastian Morelo	786057	13		✓	Villacarmen	3003888224			✓								Sebastian
15	Melany Santana	1.003165904	13	✓		Villa del carmen 2	3001505472		✓		Mutualser							melany
16	Elias David Barcelo S.	1143172628	5		✓	villa del carmen #2	3001505472		✓		Cajacopi							Elias Barcelo
17	ILIANA PARRA ORozco	1083464104	5		✓	Villa Carmen	3146745879		✓		SANITAS							IdriANIS O
18	ISABELLA PARRA O	1083464104	8	✓		VILLA CARMEN	3146745879		✓		SANITAS							IdriANIS O
19	Enrique Fuenmayor	6006131	8		✓	Villa carmen 2	3015704994		✓		Mutualser			✓				
20	Franyar Fuenmayor	6006257	4		✓	Villa carmen 2	3015704994		✓		Salud total			✓				

ACTIVIDAD:

Dia Mundial de la prevención de la Hipertensión

Mediante el registro de sus datos personales en el presente formato, usted autoriza a la ESE Hospital Materno Infantil de Soledad a la recolección, almacenamiento y uso de los mismos con la finalidad de adelantar el trámite de resgitro y evidencia del evento de presencia institucional. Como Titulas de información tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, solicitar prueba de la autorizaciónotorgada para su tratamiento, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, para presentar quejas ante la ESE por infracción a la ley estatutaria 1581 de 2012, revocar la autorización y/o solicitar la suspensión de sus datos en los casos en que sea procedente y acceder en forma gratuita a los mismos.

64

Hospital Materno Infantil Ciudadela Metropolitana de Soledad	E.S.E HOSPITAL MATERNO INFANTIL CIUDADELA METROPOLITANA DE SOLEDAD	CÓDIGO: FO-PIC-02
		VERSIÓN: 03
	CONTROL DE ASISTENCIA ACTIVIDADES PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS "PIC"	FECHA: 18/02/2024

DIMENSION	Vida Saludable y Condiciones No transmisibles
RESPONSABLE	Ana Rivas
ENTORNO	Comunitarios
LUGAR	Nuevo portal.
VEEDOR DE LA ACTIVIDAD	Ana Elis Blanco

Año	Mes	Dia
2024	Mayo	17

Nº	DATOS DE IDENTIFICACION			SEXO		UBICACIÓN		AFILIACION EN SALUD				PERTENECE A LA POBLACION						FIRMA
	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DE IDENTIFICACION	EDAD	F	M	DIRECCION	TELEFONO	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO REPORTA	EPS	INDIGENA	AFRO	VENEZOLANO	VICTIMA DEL CONFLICTO	DISCAPACIDAD	LGTBIQ+	
1	MIRYAM BARRIOS	22405680	72	x		Cra 38B 27 54	3172191 14	✓			NEPS							
2	Ana Mercado	22352366	80	x		Cra 33 25-117	3042457892		✓		FAMI							
3	Silvana casseres	55301629	40	x		Barrio 62 #41-24	3147139766		✓		N. EPS							
4	Johanna Pareja R	1001880002	27	x		cll 61 B #30 15	3128526792		✓		SaluTotal							
5	Leda Rodríguez	32881942	46	x		CLL 61 A #563	3006327723	✓			saluTotal							
6	Liseth Armada	6984397	51	x		Villa Carmen #2	3011934384			✓	No Reporta			✓				
7	Valery Bermejo Morales	1043133218	17	x		Diag 60B #3A-34	3116710123		✓		cafacopi							
8	Teodora figueroa Sanchez	32722210	58	x		C 67A #15A-15	3046503043		✓		Cafacopi							
9	Zoila Molon Ramos	32759188	75	x		C 46B #14D-55	3032349802		✓		Nuevaeps							
10	Carmen Rojato Lopez	39030854	63	x		C 46B #14D-55	3022349802		✓		N. EPS							
11	Yolanda Narvaez Rojas	60309006	58	x		C 60 # 3B-16	3126047960		✓		coosalud							
12	Francisco fuentes fuentes	4795773	80		x	Calle 69B #16	3135693370		✓		Nueva							
13	Argenida Mendez G.	45471672	60	x		K 129 #73-34	3004119876		✓		Nuevaeps							
14	Alberto Mola Cano	7431492	76		x	C 73A # 22C-10	3116620568		✓		Coosalud							
15	Yolanda Gómez	22981878	76	x		Trans 5D #77-29	3002802119		✓		N. EPS							
16	Luis Iglesia Herrera	7440442	79		x	Dg 60B tr 3A-21	3225234907		✓		calacopi							
17	Claudia Ferrer Ropain	32854276	46	x		dg 63 tr 1-40	3142060497		✓		calacopi							
18	Mónica Berrocal	22645481	44	x		Villa Carmen 2	3022535296		✓		Sanitas							
19	Idrianys Orozco Sanchez	1083464104	37	x		Villa Carmen 2	3146745879		✓		Sanitas							
20	Nubia Caicedo	1087127502	34	x		Nuevo portal	3127076829	✓			Armada							

ACTIVIDAD:

Día Mundial de prevención de la hipertensión.

Mediante el registro de sus datos personales en el presente formato, usted autoriza a la ESE Hospital Materno Infantil de Soledad a la recolección, almacenamiento y uso de los mismos con la finalidad de adelantar el trámite de registro y evidencia del evento de presencia institucional. Como Titulas de información tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, solicitar prueba de la autorizaciónotorgada para su tratamiento, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, para presentar quejas ante la ESE por infracción a la ley estatutaria 1581 de 2012, revocar la autorización y/o solicitar la suspensión de sus datos en los casos en que sea procedente y acceder en forma gratuita a los mismos.

Hospital Materno Infantil	E.S.E HOSPITAL MATERNO INFANTIL CIUDADELA METROPOLITANA DE SOLEDAD	CÓDIGO: FO-PIC-02
		VERSIÓN: 03
	CONTROL DE ASISTENCIA ACTIVIDADES PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS "PIC"	FECHA: 18/02/2024

DIMENSION	Vida saludable y Condiciones No transmisibles.
RESPONSABLE	
ENTORNO	Comunitario.
LUGAR	Nuevo Portal
VEEDOR DE LA ACTIVIDAD	Ana Elis Blanco

Año	Mes	Dia
2024	Mayo	17

Nº	DATOS DE IDENTIFICACION			SEXO		UBICACIÓN		AFILIACION EN SALUD				PERTENECE A LA POBLACION						FIRMA
	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DE IDENTIFICACION	EDAD	F	M	DIRECCION	TELEFONO	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO REPORTA	EPS	INDIGENA	AFRO	VENEZOLANO	VICTIMA DEL CONFLICTO	DISCAPACIDAD	LGTBIQ+	
1	JAQUELINE OJEDA G.	1044914518	23	X		Villa Carmen 1	3043252506		✓		M. Ser							JAQUELINE O.
2	Karen Sierra Berdugo	1007873045	27	X		Candelaria			✓		Mutual ser							Karen Sierra
3	Rosa Elena Barboza	PPT 5440849	33	X		Nuevo Milenio	3244906228		✓		Mutualser							
4	Arelis Ramirez Rodriguez	1133934190	24	X		Villa Carmen 2	3243240610		✓		M. Ser							Arelis Ramirez
5	Teresa Rodriguez	1133934081	42	X		Villa Carmen 2	3225240480		✓		M. Ser							Teresa Rodriguez
6	Safira Ramirez	1133934192	22	X		Villa Carmen 2	3005663499		✓		M. Ser							Safira Ramirez
7	Yessica Naranjo	7046575	28	X		Villa del Carmen 2	3052711791			V	No Reporta			✓				Yessica Naranjo
8	Cristh Jiménez	1143122868	33	X		Dg 62B # 2-46 Nuevo Po.	3007883842		✓		Coocopi							Cristh
9	Dulce Medina Perez	583 5973	52	X		Villa Carmen 2	3046114372		✓		N. eps			✓				Dulce Medina
10	Ticelth Arango Acosta	1143429406	34	X		Villa Carmen 2	3242834508		✓		Neps.							Ticelth Arango
11	Francis Leal Manjarrez	5873676	28	X		Villa carmen 2	3015704990	✓			S. total.							Francis Leal
12	Roxana bicero	7492195 u	29	F		Villa carmen 2	3043016872		✓		coosalud							Roxana bicero
13	Rosalba Pino	20798154	32	F		Villa Carmen 2	3015167814		✓		Multiunen			✓				Rosalba Pino
14	Noely Granados	23675352	33	F		Villa Carmen 2	3205156127			✓				✓				
15	NINFA Bolaños Parody	57304431	60	F		Tr 1F #61A-39	3205729622	✓			M. Ser							NINFA Bolaños
16	Dulmary Rodriguez Perez	34956532	32	F		Villa carmen	3016524052	✓			coocopi			✓				Dulmary Rodriguez
17	Keidy Ortiz	1043769142	22	F		Tr 19 D 61 A 22	3014800906	✓			M. Ser							Keidy Ortiz
18	Ana Maria Marquez Cordoba	1002096039	30	F		Villa Carmen 2	3234909144	✓			coosalud							Ana Marquez
19	Maria Orfanda Plaza	1.047.696015	59	F		Villa Carmen 2.	3246733162			✓								Maria Plaza
20	YANETH BONILLA	32678360	1	F		Villa Carmen 2	3003619905	✓			mutualser							

ACTIVIDAD:

Día Mundial de la prevención de Hipertensión

Mediante el registro de sus datos personales en el presente formato, usted autoriza a la ESE Hospital Materno Infantil de Soledad a la recolección, almacenamiento y uso de los mismos con la finalidad de adelantar el trámite de resgitro y evidencia del evento de presencia institucional. Como Titulas de información tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, solicitar prueba de la autorizaciónotorgada para su tratamiento, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, para presentar quejas ante la ESE por infracción a la ley estatutaria 1581 de 2012, revocar la autorización y/o solicitar la suspensión de sus datos en los casos en que sea procedente y acceder en forma gratuita a los mismos.

Hospital Materno Infantil	E.S.E HOSPITAL MATERNO INFANTIL CIUDADELA METROPOLITANA DE SOLEDAD	CÓDIGO: FO-PIC-02
		VERSIÓN: 03
	CONTROL DE ASISTENCIA ACTIVIDADES PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS "PIC"	FECHA: 18/02/2024

		Año	Mes	Dia
DIMENSION	Vida saludable y condiciones No transmisibles.	2024	Mayo	17
RESPONSABLE				
ENTORNO	Comunitario			
LUGAR	Nuevo portal.			
VEEDOR DE LA ACTIVIDAD	Ana Luis Blanco			

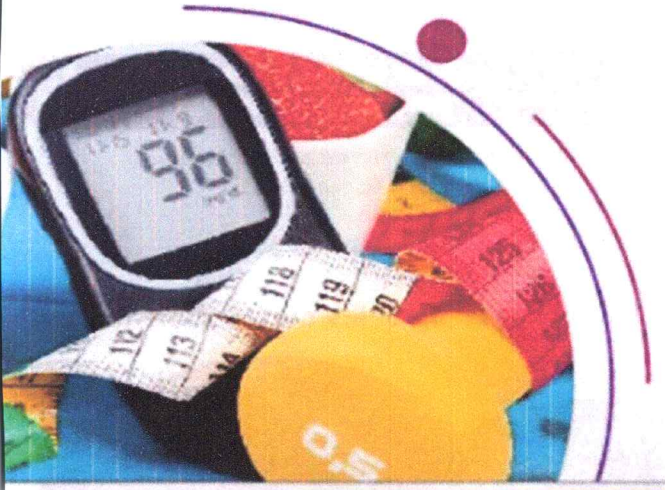
Nº	DATOS DE IDENTIFICACION			SEXO		UBICACIÓN		AFILIACION EN SALUD				PERTENECE A LA POBLACION						FIRMA
	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DE IDENTIFICACION	EDAD	F	M	DIRECCION	TELEFONO	CONTRIBUTIVO	SUBSIDIADO	NO REPORTA	EPS	INDIGENA	AFRO	VENEZOLANO	VICTIMA DEL CONFLICTO	DISCAPACIDAD	LGTBIQ+	
1	Waldo Mejia	1232718	85		X	Carabobo 2	—		X		Cajacopi					X		No sabe.
2	Ana De Mota	22401377	90	X		Dg 62B #2-22.	3174758362		X		M/ser							
3	Alberto Mota	7452926	75		X	Dg 62B # 2-22	3174758362		X		M/ser							
4	Deisy Ramirez	1231609826	X			cll 60A #4-33	3023661029		X		M/ser							
5	Maria Torres	32669262	X			cll 61B #3B 28	3017473725		X		Famisanar							
6	Yeltza Naranjo	1130886	34	X		No sabe	3046018679		X		Coosalud			X				
7	Yolanda Gomez	22981876	76	X		Tv 51 #77-29	3002802119		X		Nueps							
8	Viviana Pitre	32731086	37	X		cll 61C #3C-57	3245494477		X		Nueps							
9	Argenis Paredes	45-47662	60	X		Cra 26 #73-34	3004119876		X		Nueps							
10	Rufen Bermejo	1043133218	17	X		Dg 60B #3A-34	3116710123		X		Cajacopi							
11	Andres Mota	7431492	77		X	Cll 73A #22C 10	3116620568		X		Coosalud							
12	Jessica Naranjo	7046575	28	X		Villa Carmen	3052711796			X				X				
13	Alfa Bolaño	1130943	60	X		Tv 1E #61-39	3205729622		X		M/ser							
14	Francisco Cuesta	4795773	80		X	cll 69B #4B-16	3135693370		X		M/eps							
15	Dora Plaza	1479660153	91	X		cll 61B #3-64	3246833162			X				X				
16	Paola Moron Romero	32759187	75	X		cll 46B #140-59	3022349802		X		Nueps							
17	Carmen Pogato	39030854	63	X		cll 46B #140-59	3022349802		X		Nueps							
18	Luis Oliveira	7440442	79		X	Dg 60 N 34-21	3225253407		X		Cajacopi							
19	Ana De Nieves	1002096034	30	X		Villa Carmen	3234909144		X		Coosalud							
20	Nena escorcia Tobo	22543583	63	X		calle 46B 14	—		X		Neps							Nena Escorcia

ACTIVIDAD: Día Mundial de prevención de la hipertensión.

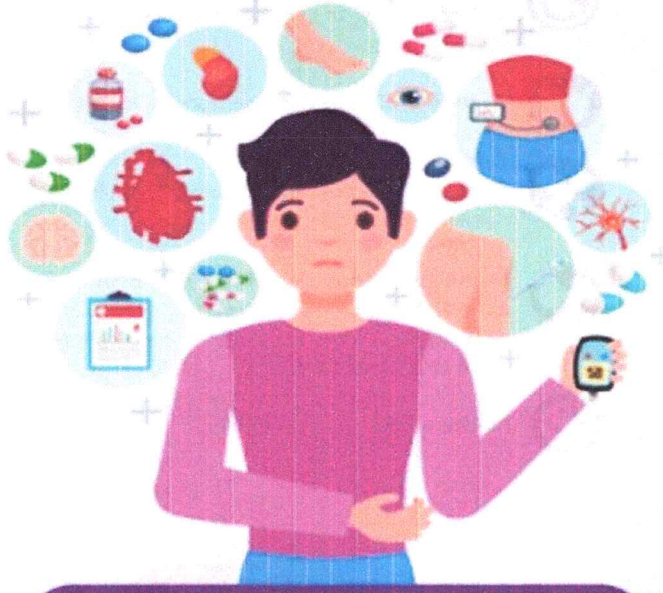
Mediante el registro de sus datos personales en el pesente formato, usted autoriza a la ESE Hospital Materno Infantil de Soledad a la recolección, almacenamiento y uso de los mismos con la finalidad de adelantar el trámite de resgitro y evidencia del evento de presencia institucional. Como Titulas de información tiene derecho a conocer, actualizar y rectificar sus datos personales, solicitar prueba de la autorizaciónotorgada para su tratamiento, ser informado sobre el uso que se ha dado a los mismos, para presentar quejas ante la ESE por infracción a la ley estatutaria 1581 de 2012, revocar la autorización y/o solicitar la suspensión de sus datos en los casos en que sea procedente y acceder en forma gratuita a los mismos.

RECUERDA:

- Mantener tu peso para prevenir la aparición de la diabetes
- Controlar el nivel de glicemia
- Realizar ejercicios
- Cumplir con el horario de tu insulina o medicamento
- Cuidar a diario tus pies



DIABETES

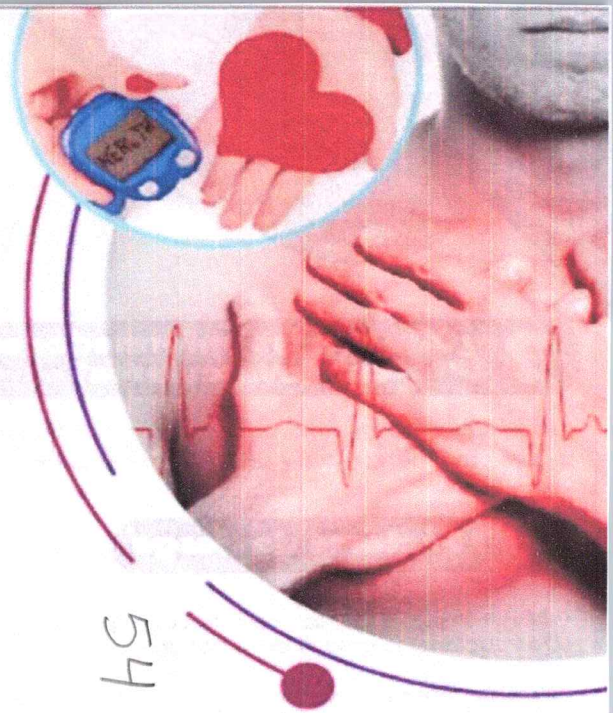


REALIZA CONTROLES DE GLUCOSA CON FRECUENCIA Y DE FORMA ESTRUCTURADA

RECUERDA

Ser adherente con la medicación

ALCALDÍA de SOLEDAD | SECRETARÍA DE SALUD | Hospital Materno Infantil



54

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES Y DIABETES

ALCALDÍA de SOLEDAD | SECRETARÍA DE SALUD | Hospital Materno Inf

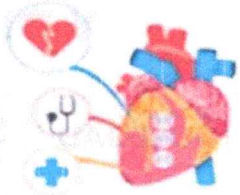
53

¿Qué son las enfermedades cardiovasculares?

Las enfermedades cardiovasculares son un conjunto de trastornos del corazón y de los vasos sanguíneos.

Factores de riesgo

- Niveles elevados de colesterol, triglicéridos y otras sustancias grasas en la sangre.
- Presión arterial elevada.
- Elevados niveles de ácidos úrico en la sangre (ocasionados principalmente por dietas con un alto contenido proteico).
- Ciertos desórdenes metabólicos, como la diabetes.
- Obesidad.
- Tabaquismo.
- Falta de ejercicio físico.
- Estrés crónico





¿Cómo se puede prevenir?

Deje de fumar
Evite la exposición pasiva al humo de tabaco.

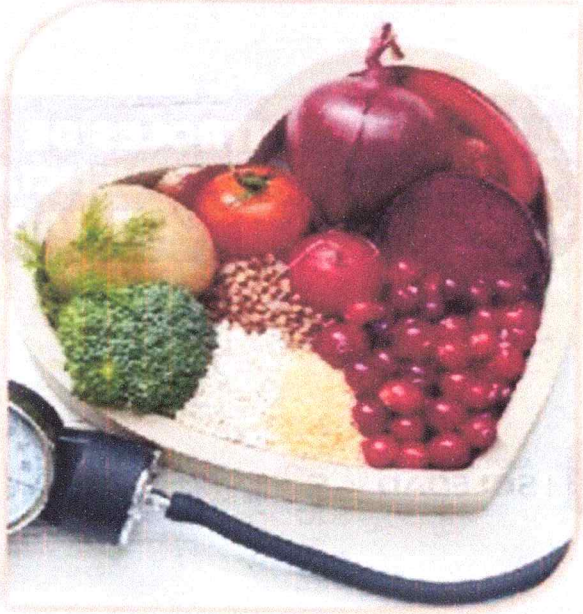
Reduzca el consumo de alimentos con un contenido alto de grasas saturadas, azúcar y sal.

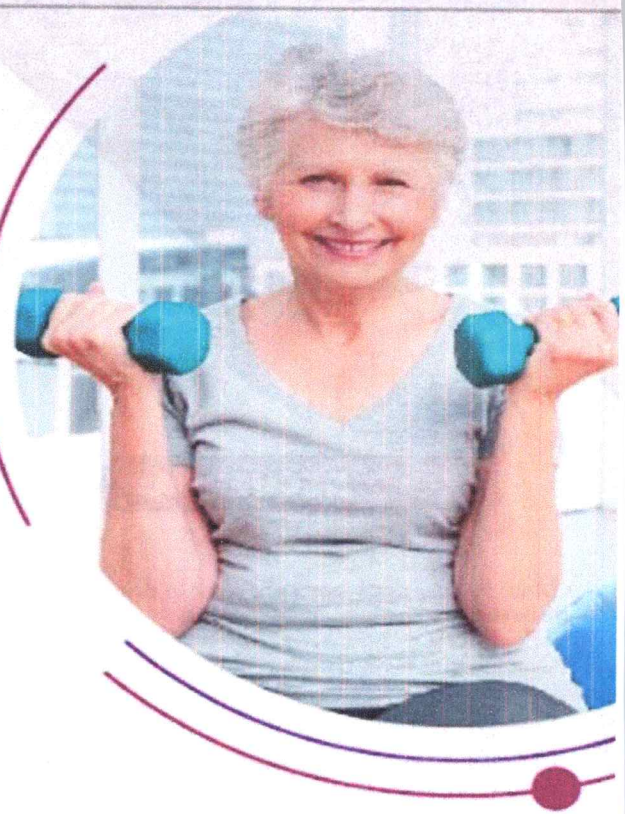
Aumente el consumo de frutas y hortalizas.

Cocine sin agregar sal.
Reemplácela por perejil, albahaca, tomillo, romero y otros condimentos.

Sume al menos 30 MINUTOS diarios de actividad física de manera continua o acumulada: use escaleras, camine,baile, ande en bicicleta, etc.

Limite el consumo de alcohol.





¿Que es la diabetes?

Es una enfermedad en la que los niveles de glucosa (azúcar) de la sangre están muy altos.

¿Qué tiene que hacer el paciente diabético?

1. Llevar un plan de alimentación saludable
2. Realizar ejercicios físicos
3. Control de la glucemia
4. Tratamiento farmacéutico o insulina
5. (según tipo de diabetes).

Controla la diabetes con tu alimentación.