Lugar	**Comunidad de cuidado la Fortuna**
Fecha	21/3/2025:10:30 pm a 11: 20am
Tema	**Interacciones Medicamentosas en Pacientes Crónicos**
Desarrollo	**OBJETIVO:** Dar a conocer al personal de enfermaría los medicamentos para tratar el hipercolesterolemia (colesterol) y triglicéridos en la comunidad de cuidado la fortuna con el fin de brindar una mejor atención. **ORDEN DEL DIA:** Se realiza capacitación en zona de Regencia de Farmacia con los auxiliares de enfermería de la comunidad de cuidado que están en turno, la capacitación se realiza en dos partes un día un grupo (1) y al día siguiente el grupo (2). **INTRODUCCION:** El colesterol alto o hipercolesterolemia es una elevación de los niveles de colesterol en sangre por encima del rango de valores que se considera "ideal" u "óptimo". El colesterol es una sustancia que circula en la sangre, una grasa natural, presente en cualquier organismo e imprescindible para su funcionamiento. Sin embargo, sus niveles elevados aumentan el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares porque favorece la acumulación de colesterol en las paredes de las arterias (arteriosclerosis). Una alimentación equilibrada y ejercicio físico moderado son buenos aliados para tener controlado el colesterol, la acumulación excesiva de colesterol en nuestros tejidos y altas concentraciones en sangre (hipercolesterolemia), pueden tener consecuencias patológicas El hipercolesterolemia es una condición que se produce cuando hay niveles altos de colesterol en la sangre. Esto puede deberse a factores genéticos, a la alimentación o a ciertos medicamentos. Esto es particularmente cierto para las células endoteliales que forman la pared arterial, donde la acumulación de colesterol inicia la enfermedad cardiovascular aterosclerótica. Numerosos estudios epidemiológicos y retrospectivos han mostrado una relación directa entre el colesterol total y el colesterol unido a Lipoproteínas de Baja Densidad (C-LDL) con la morbilidad y mortalidad debida a causas cardiovasculares. El efecto concomitante en la inhibición de la enzima 3- hidroxi-3-metilglutaril-coenzima A reductasa (HMG-CoAR) y de la absorción de colesterol a nivel intestinal, mediante estatinas y ezetimiba, respectivamente, maximizan el descenso del C-LDL, relacionado con una reducción de las complicaciones

cardiovasculares como la hipertensión, la ateroesclerosis y muerte por complicaciones coronarias.

METODOLOGIA: Se realizan dos sesiones los días 20 y21 de marzo del 2025, se trabajó a través de una socialización apoyada en presentación de Power Point y juego de la RANA SALTARINA, permitiendo que los participantes identifiquen los medicamentos más comunes y utilizados en los pacientes crónicos, con altos y bajos niveles de colesterol (hipercolesterolemia) y triglicéridos, que tienen los P.M de la Comunidad de Cuidado la Fortuna.

MARCO CONCEPTUAL

El colesterol HDL y colesterol LDL son dos tipos de lipoproteínas, una combinación de grasas (lípidos) y proteína. Los lípidos necesitan unirse a las proteínas para poder moverse en la sangre. El HDL y el LDL tienen funciones diferentes:

- HDL significa lipoproteínas de alta densidad en inglés. A veces se le llama colesterol "bueno" porque transporta el colesterol de otras partes de su cuerpo a su hígado. Su hígado luego elimina el colesterol de su cuerpo
- LDL significa lipoproteínas de baja densidad en inglés. En ocasiones se le llama colesterol "malo" porque un nivel alto de LDL lleva a una acumulación de colesterol en la arteria.

¿CÓMO SÉ CUÁL ES MI NIVEL DE COLESTEROL MALO (LDL)?

- Una prueba de sangre puede medir sus niveles de colesterol, incluyendo el LDL. Cuando y con qué frecuencia debe realizarse esta prueba depende de su edad, factores de riesgo e historia familiar.

Las recomendaciones generales son:

- Los adultos más jóvenes deben hacerse la prueba cada cinco años
- Los hombres de 45 a 65 años y las mujeres de 55 a 65 años deben hacérsela cada uno a dos años

Para personas mayores de 60 años:

Deben hacerse la prueba cada año, es posible que deba controlar su colesterol con mayor frecuencia si tiene una enfermedad

cardíaca diabetes o antecedentes familiares de colesterol alto.

FACTORES DE RIESGO



- Cardiovasculares Obesidad, Diabetes, Hipertensión, Tabaquismo, Sedentarismo, Antecedentes familiares de enfermedades.

TRATAMIENTO

- Llevar una alimentación equilibrada, Hacer ejercicio físico moderado.
- Evitar alimentos que aumenten el colesterol LDL, como carnes procesadas, dulces, refrescos y pasteles. Limitar el consumo de alcohol.

HAY DOS FORMAS PARA BAJAR SU NIVEL DE COLESTEROL MALO (LDL):

Cambios en el estilo de vida saludables para su corazón, los que incluyen:

- **Dieta saludable para el corazón**: Un plan de alimentación saludable para el corazón limita la cantidad de grasas saturadas y trans que usted consume.
- **Control del peso**: Si tiene sobrepeso, perder peso puede ayudar a reducir su colesterol malo (LDL)
- **Actividad física**: Todos deben realizar actividad física regularmente (30 minutos la mayoría de los días, si puede ejercitarse todos los días, todavía mejor)

- **Tratamiento con medicinas:** Si los cambios en el estilo de vida por sí solo no bajan su nivel de LDL lo suficiente, es posible que también deba tomar medicamentos.
  Estatinas: Reducen la cantidad de colesterol producido en el hígado. También aumentan la capacidad del hígado para eliminar el colesterol LDL que ya se encuentra en la sangre.
- Los más usados son: atorvastatina Rosuvastatina, Lovastatinas, Simvastatinas.

¿QUÉ MEDICAMENTOS SON SECUESTRADORES DE ÁCIDOS BILIARES?

- Los secuestrantes de ácidos biliares son medicamentos que ayudan a reducir su colesterol LDL (malo). El tener demasiado colesterol en la sangre puede provocar que este se pegue en las paredes de sus arterias y las estreche o bloquee. Los más usados son el colestipol, colesevelam y la colestiramina.
- Los secuestradores de ácidos biliares, incluidos el colesevelam, el colestipol y la colestiramina, están aprobados por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) en combinación con la restricción de ácidos grasos saturados y trans en la dieta para controlar el hipercolesterolemia.

LOS TRIGLICERIDOS

- Los triglicéridos son un tipo de grasas, también denominadas lípidos, que circulan en la sangre. Son el tipo más frecuente de grasas en el cuerpo. Los triglicéridos provienen de los alimentos, especialmente la mantequilla, los aceites y otras grasas que ingiere. Los triglicéridos también provienen de las calorías adicionales que su cuerpo no necesita en forma inmediata. Las calorías sin utilizar se almacenan como triglicéridos en las células grasas. Cuando el cuerpo necesita energía, libera los triglicéridos. Algunos triglicéridos son importantes para mantener una buena salud. Sin embargo, las concentraciones altas de triglicéridos en sangre pueden aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares.
- Las concentraciones de triglicéridos habitualmente se encuentran en las siguientes categorías:
- Saludables: Por debajo de 150 miligramos por decilitro (mg/dl) en adultos; por debajo de 90 mg/dl en niños y adolescentes (de 10 a 19 años)

- Ligeramente altos: Entre 150 y 199 mg/dl
- Altos: Entre 200 y 499 mg/dl
- Muy altos: Por encima de 500 mg/dl

ALGUNAS ENFERMEDADES PUEDEN AUMENTAR LAS CONCENTRACIONES DE TRIGLICÉRIDOS EN SANGRE. ESTAS INCLUYEN:

- Enfermedad renal, diabetes, enfermedad hepática
- Sobrepeso y obesidad, enfermedad tiroidea
- Los triglicéridos en sangre pueden aumentar cuando:
- No realiza suficiente ejercicio físico
- Come alimentos con alto contenido de grasas y azúcar
- Bebe demasiado alcohol
- Algunos medicamentos también pueden aumentar las concentraciones de triglicéridos en sangre, incluidos los que tratan:
- El cáncer de mama, Presión arterial alta (no en forma frecuente y, habitualmente, leve)
- Algunas personas pueden tener un mayor riesgo de presentar triglicéridos altos en sangre, por ejemplo:
- Las personas que viven con VIH

¿QUÉ SON LOS LÍPIDOS Y CUÁL ES SU CLASIFICACIÓN?

Los lípidos son un grupo muy heterogéneo de compuestos orgánicos, constituidos por carbono, hidrógeno y oxígeno principalmente, y en ocasiones por azufre, nitrógeno y fósforo. En los alimentos existen fundamentalmente tres tipos de lípidos: Grasas o aceites (también llamados triglicéridos o triacilglicéridos).

SUS PRINCIPALES FUNCIONES SON:

- Reservan energía. Almacenar energía es la función más significativa de los lípidos, ayudan a regular la temperatura de tu cuerpo.
- Facilita las señales en el organismo, Son transmisores de impulsos nerviosos.
- Grasas o aceites, Fosfolípidos, Ésteres de colesterol.

LOS MEDICAMENTOS QUE PUEDEN AYUDAR A REDUCIR LOS TRIGLICÉRIDOS SON:

- **Fibratos:** Como el gemfibrozilo (Lopid) y el fenofibrato (TriCor), que disminuyen la producción de triglicéridos en el hígado.
- **Estatinas:** Como la atorvastatina (Lipitor), la rosuvastatina (Crestor), la simvastatina (Zocor), la fluvastatina (Lescol XL), la Lovastatina (Altoprev) y fluvastatina que disminuyen los triglicéridos y el colesterol LDL
- **Ácidos grasos omega-3:** También conocidos como aceite de pescado, que pueden ayudar a reducir los triglicéridos.
- **Niacina:** También conocida como ácido nicotínico, que puede reducir los triglicéridos y el colesterol LDL.

Además de los medicamentos, es importante cambiar la dieta para reducir los triglicéridos. Se recomienda consumir alimentos ricos en ácidos grasos monoinsaturados, como el aceite de oliva, y en omega- 3, como los pescados azules, las nueces y el aceite de canola.

RECURSOS:

- Computador
- Sillas
- Mesa
- Esfero
- Hojas

Se anexa registro fotográfico

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	Ver lista de asistencia, anexo1		

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No aplica	No aplica	No aplica
Próxima reunión	No aplica		
Elaboró	Sandra Milena Murcia Buitrago/Regente Farmacia		

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018863 - 12/07/2024
Página: 1 de 1 — 1 Grupo

1. Tema: Medicamentos Uso Colesterol-Hipercolesterolemia 2. Lugar o Localidad o Sede: C. C La Fortuna 3. Fecha y hora: 20-marzo/25 9:15pm a 9:45pm

4. Nombre responsable: Farmaceuticos Sandra Murcia Rubeth Farmacia 5. Dependencia responsable: Regencia Farmacia

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de Identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Luz Angela Garcia	CC	20392000	CC La Fortuna	Aux. Enfermeria	Contratista	—	3158609311	
2	Dery Mireya Palinas V.	C.C.	1.069.793.299.	CC La Fortuna	Aux. Enfermeria.	Contratista	—	321 226 5906.	
3	Wilmar Vasquez C	C.C	1033716769	CC La Fortuna	Aux Enfermeria	Contratista	—	3134464328	
4	Yesid Trujillo Prado	CC	80920303	CC La Fortuna	Aux. Enfermeria	Contratista	—	3205707221	
5	Yaimy Cerro Vargas	CC	1053XXXXX	CC La Fortuna	Aux Enfermeria	Contratista	—	3146X9076 2	
6	Edgar Vargas Tisoy	C.C	1069724573	CC. La Fortuna	Aux. enfermeria	Contratista	—	3106741499	
7	Yenni Triana	CC	1069741663	CC La Fortuna	Aux. Enfermeria	Contratista	—	3137126511	
8	Johanna Escobar	CC	52903240	CC LA FORTUNA	Coordinadora	Contrato	—	3015937934	
9	Sandra Milena Tabarin	CC	66856711	CC La Fortuna	Regente Farmacia	Contrato	—	3142700167	
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo 20234018863 - 12/07/2024
Página: 1 de 1 2 Grupo

1. Tema: Medicamentos Uso Colateral e Hiperglicemiante 2. Lugar o Localidad o Sede: CC. La Fortuna 3. Fecha y hora: 21 - Marzo/25 10:30 pm - 11 am

4. Nombre responsable: Tnlgl. (en) Sandra Milena Murcia 5. Dependencia responsable: Regencia Farmacia

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Bryan Aristizabal	C.C	1057786094	CC la fortuna	Enfermería	Contratista	— " —	3118248903	
2	Laura Patiño	CC	1069176560	CC la fortuna	Aux enfermería	Contratista	— " —	3223442404	
3	Adriana Rueda.	CC	39627607.	CC La Fortuna.	Aux Enfermería	Contratista	— " —	3247931534	
4	Sonia Carolina Cardenas	CC	1069743.244	CC la fortuna	Aux Enfermería	Contratista	— " —	300 477386	
5	Mary Luz Fontecha	CC	52547353	CC la fortuna	Aux Enfermería	Contratista	— " —	30142880	
6	Sandra Milena Murcia	CC	66856711	CC La Fortuna	Regente Farmacia	Contratista	— " —	3142000	
7	Lady Johanna Escobar	CC	52903290	CC LA FORTUNA	Coordinadora	Contrato	— " —	3015932934	
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

REGISTRO FOTOGRÁFICO CUALIFICACION ENFERMERIA

Grupo N° 1 (20 de marzo 2025 4:15pm 4:45pm)









Grupo N° 2 (21 de marzo 2025 10:30am a 11:20am)







