Gobierno de ANSERMA | Secretaría de Salud, Educación Cultura y Deporte	**ACTA No. 2**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA · CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: Educación en enfermedades crónicas prevenibles

FECHA: 22/08/2025	**HORA DE INICIO:**	**HORA FIN:**
LUGAR: Vereda Tamarbia	9:30	16:00

TEMAS: ESTRATEGIA 4X4 PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS

PERSONA BENEFICIADA: Eiden Clavijo Tapasco, 25.038.262 - Maria Isabel Cuartas,1.002.856.260 - Cony Viviana Villegas Muñoz, 24.398.744- Génesis Aguiar Mosquera, 38.195.250 - Maria Rubiela Muñoz Pérez, 24.393.242 - Luz Amparo Cardona Montes, 24.388.538 - Lucelly de Jesús Cardona Cano, 24.395.531 - Maria Lucelly Bedoya Jaramillo, 24.392.520 - Gustavo de Jesús Cardona, 4.344.331 - Gloria Bedoya Agudelo, 24.393.543 - Adriana Duque, 24.394.813.

COMUNIDAD: Habitantes de la Vereda Tamarbia.

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:
Objetivo general:

Brindar herramientas educativas a la comunidad para modificar los factores de riesgo asociados a las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), promoviendo hábitos saludables y estilos de vida activos a través de la estrategia 4x4.

Objetivos específicos:

- Sensibilizar a la población sobre los cuatro factores de riesgo modificables: inactividad física, alimentación no saludable, consumo de tabaco y consumo nocivo de alcohol.
- Promover estrategias de prevención y control de enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades respiratorias crónicas y cáncer.
- Fomentar el autocuidado y la adherencia a hábitos saludables mediante la educación y la concientización sobre la importancia de la actividad física, la alimentación equilibrada y la eliminación de sustancias nocivas.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

En el marco de las acciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, se llevó a cabo una jornada en la vereda Tamarbia con el propósito de **brindar herramientas educativas a la comunidad para la modificación de los factores de riesgo asociados a las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT)**, la actividad se centró en la implementación de la **estrategia 4x4** la cual aborda los **cuatro factores de riesgo modificables** (tabaquismo, alimentación inadecuada, inactividad física y consumo nocivo de alcohol) y los **cuatro principales grupos de enfermedades crónicas** (cardiovasculares, cáncer, respiratorias crónicas y diabetes).

La jornada se desarrolló mediante la **visita puerta a puerta** logrando impactar a **11 familias de la comunidad** quienes recibieron orientación personalizada sobre la importancia de adoptar hábitos de vida saludables y la necesidad de mantener controles médicos regulares para la detección temprana de riesgos, durante la actividad se abordaron temas como:

- Importancia de la **alimentación balanceada** y la reducción del consumo de sal, azúcares y grasas.
- Promoción de la **actividad física regular** con ejemplos de ejercicios prácticos que pueden realizar en el hogar o en su entorno rural.
- Prevención del **consumo de tabaco y alcohol** resaltando los daños a largo plazo sobre la salud y la calidad de vida.
- Educación sobre el reconocimiento de **signos de alarma** relacionados con hipertensión arterial, diabetes y enfermedades respiratorias.
- Recomendación de mantener el **esquema de vacunación completo** y la asistencia a controles preventivos.

Se evidenció una **buena disposición de la comunidad** para recibir la información mostrando interés en la adopción de prácticas saludables y en el fortalecimiento de los autocuidados dentro del hogar, además se identificaron dudas frecuentes relacionadas con la alimentación adecuada, el manejo del estrés y la importancia de la actividad física diaria las cuales fueron resueltas por el equipo PIC de salud.

FAMILIAS: Es importante conocer que en las familias se encontró lo siguiente:

1. **Familia: Eiden Clavijo Tapasco – Vereda Tamarbia**

Antecedentes y estado de salud actual:

Usuaria principal (Eiden Clavijo Tapasco)

- Diagnósticos: **Hipertensión arterial, diabetes, reumatismo, artrosis.**
- Especialistas y controles:
    - Oftalmólogo en seguimiento.
    - Reumatólogo cada 6 meses.
    - Médico familiar cada 3 meses.
    - Médico general cada 3 meses.
    - Cirujano por antecedente de reemplazo de rodillas.
    - Terapia física cada dos días.
- Medicamentos actuales:
    - Enalapril, hidroclorotiazida, metformina.
    - Acetaminofén con codeína.
    - Amlodipino, atorvastatina.
    - Lágrimas artificiales **(Tearsoft)** para manejo ocular.
    - Tizafen ordenado por reumatólogo.
    - Orlistat ordenado por médico general.
- Observaciones: Requiere múltiples medicamentos y terapias con **alta carga de enfermedad crónica** y dependencia de la EPS para sostenibilidad del tratamiento.

Esposo

- Condición: Prediabetes, sin tratamiento farmacológico ni controles médicos.
- Manejo actual: Solo medidas alimentarias en el hogar.
- Riesgo: Posible progresión a diabetes sin seguimiento oportuno.

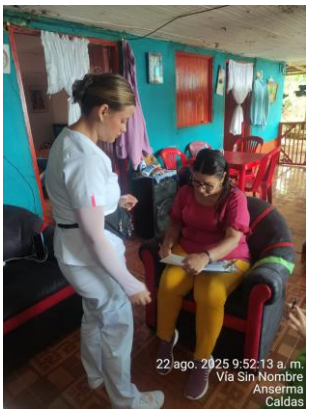
Hija

- Diagnósticos: Ansiedad por desorden alimenticio, hígado graso.

- En seguimiento por: Psiquiatría cada 15 días, psicólogo y gastroenterólogo.
- Medicación actual: Escitalopram.
- Dificultades: La **vitamina E** no es entregada por la farmacia de la EPS, **generando una barrera económica importante** ya que la familia es de bajos recursos.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. **Polimedicación y multimorbilidad** en la usuaria principal, con riesgo de complicaciones si hay interrupción en el acceso a medicamentos o controles.
2. **Falta de control médico en el esposo** lo cual aumenta el riesgo de progresión a diabetes y complicaciones cardiovasculares.
3. **Hija con comorbilidad psiquiátrica y gastrointestinal** que requiere soporte integral y acceso garantizado a suplementos (vitamina E).
4. **Barrera económica y administrativa con la EPS (Salud Total)** respecto a la entrega de medicamentos no POS (vitamina E).



2. **Familia: María Isabel Cuartas – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Viven **5 personas** entre ellas **2 menores de edad.**

Situación en salud:

- Los menores cuentan con **esquema de vacunación al día** y asisten de manera regular a los controles de **crecimiento y desarrollo (C y D).**

- Se evidencia **barrera de acceso a los servicios de salud** por inconvenientes con la EPS.

EPS y problemática identificada:

- Actualmente afiliados a **Coosalud Risaralda.**
- La familia se encuentra en **trámite de cambio de EPS, proceso** que ha sido **muy complicado y sin respuesta hasta la fecha.**
- **Dificultades reportadas:**
    - Al llamar a los números asignados para citas médicas **no responden.**
    - En ocasiones al responder **indican que ese número no corresponde** a asignación de citas.
- Esto genera una **limitación grave en el acceso a servicios médicos básicos** poniendo en riesgo la continuidad de la atención en salud de la familia.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Menores con esquema de vacunación y controles al día lo que evidencia un adecuado componente preventivo.
2. Trámite de **cambio de EPS sin resolución** generando incertidumbre y riesgo de pérdida en la oportunidad de atención.
3. Fallas en la accesibilidad a servicios médicos básicos debido a líneas de atención ineficaces.
4. Riesgo de desatención en la salud general de la familia.



3. **Familia: Cony Viviana Villegas Muñoz – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Núcleo familiar conformado por **3 personas**.

Situación en salud:

- Afiliados a la **Nueva EPS**.
- **Menor de 12 años** con esquema de vacunación al día.
- Último control de atención al joven realizado **hace un año**.

Problemática identificada:

- **Dificultad para acceder a citas médicas:**
    - Las líneas telefónicas no responden, cuelgan la llamada o informan que no hay disponibilidad de citas.
    - La familia se ve obligada a trasladarse de manera presencial al centro de salud los días sábado para intentar obtener cita, aun así, las citas no son asignadas para el mismo día lo que implica regresar nuevamente para la atención.
- **Barreras económicas y de transporte:**
    - El transporte hacia el pueblo no siempre es constante.
    - En ocasiones no cuentan con los recursos económicos para costear varios desplazamientos por una misma consulta, esto genera una **barrera en la continuidad de la atención en salud** especialmente en el menor de edad.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Menor con vacunación al día, pero con **desfase en el control de atención al joven**.
2. **Acceso limitado a servicios médicos por fallas administrativas**.
3. Dificultades de transporte y recursos económicos lo cual aumenta la inequidad en el acceso a la salud.



4. **Familia: Génesis Aguiar Mosquera – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Núcleo familiar conformado por **4 personas**.

Situación en salud:

- **Esposo:**
    - Diagnóstico: **Enfermedad coronaria**.
    - Tratamiento: ASA y atorvastatina.
    - Control médico cada 3 meses.
- **Génesis Aguiar Mosquera:**
    - Diagnóstico: **Hipertensión arterial (HTA)**.
    - Tratamiento: Losartán y atorvastatina.
    - Control médico cada 3 meses.

Problemática identificada:

- La familia proviene de **Milagros – Antioquia** y actualmente se encuentra en proceso de traslado de EPS de **Savia Salud** a **Nueva EPS**.
- Refieren gran **preocupación por la pérdida de continuidad en los controles médicos y el acceso a medicamentos** debido al cambio de domicilio y a que aún no han podido acceder a servicios a través de la Nueva EPS a pesar de que les informan que ya fueron aceptados, **no cuentan con confirmación práctica de**

acceso a citas ni entrega de medicamentos lo que representa un **alto riesgo de descompensación** para ambos pacientes.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. **Pacientes crónicos (cardiovasculares e hipertensos)** en riesgo de complicaciones por la falta de continuidad en el suministro de medicamentos.

2. Trámite administrativo de cambio de EPS sin resolución clara para el acceso oportuno a servicios.

3. Preocupación y vulnerabilidad de la familia ante la **posible pérdida de medicamentos esenciales**.



5. **Familia: María Rubiela Muñoz Pérez – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Núcleo familiar conformado por **2 personas** (esposo y esposa).

Situación en salud:

- **Esposo:**
    - Antecedentes: **Obesidad e hipertensión arterial (HTA)**.
    - Medicación: Enalapril y atorvastatina.
    - Controles médicos cada 3 meses.
- **María Rubiela Muñoz Pérez:**

- Diagnóstico: **Hipertensión arterial (HTA)**.
- Medicación: Atorvastatina y losartán.
- Controles médicos cada 4 meses.

EPS y acceso a servicios:

- Afiliados a la **Nueva EPS**.
- Refieren **no tener dificultades para acceder a citas médicas ni a medicamentos**.
- Ambos se encuentran en **seguimiento regular y con patologías controladas**.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Pacientes crónicos con **acceso oportuno y continuo a servicios de salud**, lo que favorece el control de sus patologías.
2. **Adherencia a tratamiento y controles periódicos** adecuados.
3. Importancia de mantener medidas de **autocuidado y prevención** de complicaciones asociadas a obesidad e hipertensión.



6. **Familia: Luz Amparo Cardona Montes – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Núcleo familiar conformado por **3 personas**.

Situación en salud:

- Refiere **no presentar patologías crónicas ni antecedentes médicos relevantes**.
- No hay diagnósticos de enfermedades de interés en salud pública.
- Afiliados a **EPS SURA**.

Acceso a servicios de salud:

- No reportan inconvenientes para la **consulta médica** en caso de enfermedad general.
- Tampoco presentan barreras para la **entrega de medicamentos** cuando han requerido atención en salud.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Familia en **adecuado estado de salud general** sin patologías crónicas.
2. **Acceso oportuno a los servicios de salud y medicamentos** lo que constituye un factor protector.
3. Importancia de mantener medidas preventivas y participación en programas de promoción y prevención.



7. **Familia: Lucelly de Jesús Cardona Cano – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Núcleo familiar conformado por **2 personas** (esposo y esposa).

Situación en salud:

- **Esposo:**
    - No presenta **antecedentes ni patologías**.
    - En adecuado estado de salud.
- **Lucelly de Jesús Cardona Cano:**
    - Diagnósticos: **Hipertensión arterial (HTA)** y **Diabetes Mellitus (DM)**.
    - Tratamiento: Metformina y atorvastatina.
    - Controles médicos cada 3 meses.
    - Paciente en **seguimiento y control estable**.

EPS y acceso a servicios:

- Afiliados a **EPS SURA**.
- No presentan **inconvenientes en la atención médica ni en la entrega de medicamentos**.
- Se considera **paciente controlada y con buena adherencia** al tratamiento.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Paciente con patologías crónicas bajo **control adecuado**.
2. Esposo en buen estado de salud sin antecedentes ni patologías.
3. **Acceso oportuno y continuo** a los servicios y medicamentos.



8. **Familia: María Lucelly Bedoya Jaramillo – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Núcleo familiar conformado por **2 personas** (ella y su esposo).

Situación en salud:

- **María Lucelly Bedoya Jaramillo:**
    - Diagnóstico: **Hipertensión arterial (HTA).**
    - Tratamiento: Hidroclorotiazida y losartán.
    - Controles médicos cada **3 meses.**
    - Paciente en **seguimiento regular y con buen control.**
- **Esposo:**
    - No se reportan patologías ni antecedentes de interés en salud pública.

EPS y acceso a servicios:

- Afiliados a **Salud Total EPS.**
- Refiere no tener dificultades para acceder a **citas médicas ni a la entrega de medicamentos**.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Paciente crónica con **control adecuado y adherencia al tratamiento.**
2. Esposo en buen estado de salud general.
3. EPS garantiza acceso a **citas y medicamentos sin barreras administrativas.**



9. **Familia: Gustavo de Jesús Cardona – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Vive **solo** (hogar unipersonal).

Situación en salud:

- No presenta **antecedentes patológicos ni enfermedades crónicas**.
- Estado de salud general adecuado.

EPS y acceso a servicios:

- Afiliado a **EPS SURA**.
- Refieren **no tener dificultades para acceder a citas médicas** cuando las requiere por enfermedad general.
- **No presenta inconvenientes para la entrega de medicamentos** en caso de necesitarlos.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Usuario en **buen estado de salud general** y sin patologías crónicas.
2. Afiliación activa y funcional a la EPS SURA con acceso oportuno a servicios y medicamentos.
3. Factores protectores: independencia, autogestión y ausencia de barreras administrativas en salud.



10. **Familia: Gloria Bedoya Agudelo – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Vive **sola** (hogar unipersonal).

Situación en salud:

- No presenta **antecedentes patológicos ni enfermedades crónicas**.
- Se encuentra en buen estado de salud general.

EPS y acceso a servicios:

- Afiliada a **EPS SURA**.
- No reporta dificultades para la atención en salud ni para la entrega de medicamentos en caso de requerirlos.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Usuario en **buen estado de salud general** y sin patologías crónicas.
2. Afiliación activa a la EPS sin barreras en el acceso a servicios.
3. Factor protector: independencia y adecuada autogestión en salud.



11. **Familia: Adriana Duque – Vereda Tamarbia**

Composición del hogar:

- Núcleo familiar conformado por **2 personas** (esposa y esposo).

Situación en salud:

- **Adriana Duque:**
    - Afiliada a **EPS SURA**.
    - **Sin antecedentes patológicos** ni enfermedades crónicas.
- **Esposo:**
    - Afiliado a **Salud Total EPS**.
    - **Sin antecedentes patológicos** ni enfermedades crónicas.

Acceso a servicios:

- Ambos refieren **no tener dificultades para acceder a citas médicas ni a la entrega de medicamentos** cuando los han requerido.
- Se encuentran en **buen estado de salud general**.

Hallazgos relevantes y necesidades identificadas

1. Familia en **adecuado estado de salud** sin patologías crónicas identificadas.
2. Afiliación activa a sus EPS respectivas, sin barreras administrativas en el acceso.

3. Importancia de continuar con controles preventivos periódicos



Es fundamental dar a conocer esta información a la comunidad porque las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), como la hipertensión, la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer, representan una de las principales causas de morbilidad y mortalidad a nivel mundial. Muchas de estas enfermedades están estrechamente relacionadas con factores de riesgo modificables, como la inactividad física, la alimentación poco saludable, el consumo de tabaco y el consumo nocivo de alcohol.

Importancia de la educación y prevención:

1. **Reducción de la carga de enfermedad:** La educación comunitaria ayuda a disminuir la incidencia de enfermedades crónicas, reduciendo la necesidad de tratamientos costosos y hospitalizaciones prolongadas.
2. **Mejora de la calidad de vida:** Al fomentar hábitos saludables, las personas pueden disfrutar de una mejor calidad de vida, mayor autonomía y bienestar físico y mental.
3. **Prevención desde edades tempranas:** Sensibilizar a jóvenes y adultos sobre estos riesgos permite evitar complicaciones a futuro y fomentar estilos de vida saludables desde la infancia.
4. **Fortalecimiento del autocuidado:** Cuando la comunidad comprende la relación entre sus hábitos diarios y su salud, pueden tomar decisiones informadas y asumir un rol activo en el cuidado de su bienestar.
5. **Disminución de costos en salud pública:** La prevención de enfermedades a través de la educación y el cambio de hábitos es más efectiva y económica que el tratamiento de enfermedades avanzadas.

CONCLUSIONES

La jornada educativa desarrollada en la vereda Tamarbia permitió impactar de manera directa a **11 familias visitadas puerta a puerta** ofreciendo información clara y práctica sobre la **estrategia 4x4** y los factores de riesgo asociados a las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT). La comunidad demostró **disposición, interés y receptividad** frente a los temas abordados lo cual evidencia conciencia de la importancia de modificar hábitos de vida para prevenir complicaciones en la salud.

Se resalta que las familias identificaron la relevancia de una **alimentación saludable, la práctica de actividad física regular, el abandono del consumo de tabaco y alcohol y la asistencia oportuna a controles médicos** como pilares fundamentales para mantener su bienestar, asimismo se fortaleció el conocimiento en torno a la prevención de enfermedades cardiovasculares, respiratorias crónicas, cáncer y diabetes generando mayor capacidad de autocuidado y corresponsabilidad en la salud individual y familiar.

En conclusión la jornada contribuyó de manera significativa al **empoderamiento comunitario** brindando herramientas para la toma de decisiones saludables y fortaleciendo el compromiso tanto de la comunidad como del equipo de salud, con ello se avanza hacia la construcción de una población más informada, activa y consciente de la importancia de prevenir las ECNT mejorando así la calidad de vida y el bienestar colectivo en la vereda Tamarbia.





COMPROMISOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Educación en enfermedades crónicas prevenibles	Marisol Cardona - Melva Impatá	Vereda Tamarbia 23/08/2025
1. Mantener y reforzar hábitos de alimentación saludable priorizando frutas, verduras, legumbres y reduciendo el consumo de sal, grasas y azúcares.		VIGENCIA 2025

2. Realizar actividad física de manera regular al menos 30 minutos diarios aprovechando las labores cotidianas de la vida rural como caminatas, trabajo en el campo y actividades comunitarias. 3. Evitar el consumo de tabaco y alcohol reconociendo sus efectos negativos sobre la salud y la calidad de vida. 4. Cumplir con los controles médicos periódicos y asistir de forma oportuna a los programas de promoción y prevención en las EPS. 5. Promover en el hogar y la comunidad la importancia del autocuidado y estilos de vida saludables transmitiendo el aprendizaje recibido a otros integrantes de la vereda. 1. Continuar con el proceso de acompañamiento y educación comunitaria, reforzando la estrategia 4x4 en visitas posteriores. 2. Promover actividades comunitarias que fomenten la actividad física y la recreación saludable como caminatas, jornadas deportivas y talleres prácticos. 3. Mantener la articulación con líderes comunitarios para fortalecer las redes de apoyo en salud y garantizar mayor cobertura en las intervenciones.		

ASISTENTES		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD**	**FIRMA**
NOMBRE PROFESIONAL EJECUTOR	Melva Durfay Impatá Montoya Auxiliar de Enfermeria PIC	
NOMBRE COORDINADOR PIC	Joan Valentina Ocampo Herrera	

(Se adjunta firma de asistentes o formato de asistencia)