



Ciru Sabana Salas de Cirugía
Centro de Cirugía Ambulatoria

POLÍTICA DE PARTICIPACIÓN SOCIAL EN SALUD 2022



Cómo hacer frente al estrés y la ansiedad causados por el COVID-19

Es normal sentirse estresado, triste o preocupado por el COVID-19, especialmente si usted o su ser querido está enfermo. Recuerde, no existe una forma correcta de sobrellevar la situación y cada persona lidia con el estrés de diferente manera. Las siguientes son cosas que puede hacer para cuidarse y hacer frente al estrés en esta época.

Manténgase conectado con su familia y amigos. Si bien es posible que no pueda estar con sus seres queridos en persona, puede llamarlos, enviarles mensajes de texto y chatear por video con ellos. Quizás le sea útil planificar llamadas diarias con sus seres queridos y así tiene algo que esperar con ansias. También puede intentar chatear con video con su familia durante las comidas o para participar en juegos juntos.



Importancia de mantener una rutina.

Si bien su rutina puede haber cambiado, trate de crear una nueva que pueda seguir en este período. Recuerde programar una hora para relajarse y desconectarse de las noticias. Si hay partes de su rutina que extraña, trate de encontrar formas de agregarlas a su día de manera diferente, como reuniones virtuales con amigos y familiares.

CHARLAS POS COVID 19



Importancia de Cuidar su Cuerpo.

Cuidar el cuerpo no solo le hará sentir mejor, sino que también puede evitar que se enferme. Trate de comer alimentos saludables, tome al menos de 6 a 8 vasos de agua por día (de 8 onzas, 236 ml), haga actividad física liviana (como caminar o hacer estiramiento) y duerma al menos 7 horas. También puede ser útil crear recordatorios para realizar estas actividades saludables.




PROMOCIÓN & PREVENCIÓN DE LA SALUD

La promoción de la salud y la prevención de la enfermedad son todas aquellas acciones, procedimientos e intervenciones integrales, orientadas a que la población, como individuos y como familias, mejoren sus condiciones para vivir y disfrutar de una vida saludable y para mantenerse sanos de acuerdo con sus requerimientos en cada una de las etapas de su ciclo vital: niño, adolescente, mujer, hombre y adulto.

El propósito de los programas de Promoción y Prevención es ofrecer servicios integrales que potencien la salud de los empleados, pacientes y sus familias y promuevan en ellos una vida sana, libre, placentera y productiva, partiendo del autocuidado por su naturaleza, estos programas son una responsabilidad compartida entre las personas, las familias, las IPS.



TEMAS DE INTERÉS A LOS USUARIOS

* PROMOCIÓN DE LA SALUD

- La Promoción de la Salud fomenta cambios en el entorno para generar salud y bienestar, opera en los lugares y contextos en los que las personas participan en actividades diarias, donde las factores sociales, ambientales, organizacionales, y personales interactúan.
- Además, para promover la salud es clave empoderar a las personas y las comunidades, para que puedan ser involucradas de forma significativa en la toma de decisiones que afectan a su vida.
- Entre conceptos de interés y cuáles son los pilares fundamentales para lograr de buena salud, y son: la nutrición, la actividad física y el descanso.



¿Sabes cuántos tipos de procedimientos de cirugía reconstructiva existen?

Como podemos ver existen muchos ámbitos en los que se aplica la cirugía reconstructiva y, en cada uno de ellos, se puede diferenciar un procedimiento distinto. A continuación, describiremos algunos de los principales procedimientos de cirugía reconstructiva.



Áreas en las que se aplica la cirugía reconstructiva

- Hay ciertas áreas o problemas en los que es especialmente conveniente aplicar una cirugía reconstructiva. Destacaremos algunos de los principales:
- Fracturas con cierta complicación del cráneo facial.
- Malformaciones congénitas del esqueleto craneofacial y de la cara como podrían ser los labios y paladar leporino.
- Este tipo de operaciones también se realizan para corregir traumatismos faciales.
- Quemaduras por distintos motivos.
- Reconstrucciones de tejidos blandos ocasionados por cirugías oncológicas, traumas, infecciones, malformaciones congénitas.
- Cirugía de la mano.
- Enfermedades degenerativas como puede ser la artritis, etc.



Corregir cicatrices

- Las cicatrices como consecuencia de cirugías previas, traumatismos y otras pueden ser muy antiestéticas o producir problemas funcionales por retracciones o incapacidad para realizar movimientos completos o impedir las funciones de ciertos órganos como en los párpados o en la boca.
- Existen muchos procedimientos distintos para corregirlas, aunque no las hacen desaparecer, consiguiendo una mejora tanto estética como funcional. Entre los diferentes procedimientos se encuentran la colocación de injertos, resección de cicatriz y plastias, estas últimas colocan la piel en una posición en forma de "Z" para disimular la forma de la cicatriz.

Cirugía reconstructiva de pecho

- Sin duda, la cirugía reconstructiva más común ya que gran cantidad de pacientes desean, realmente, es la cirugía de reconstrucción o reducción mamaria. Las razones más comunes por las que, sobre todo, pacientes femeninas, desean realizar este tipo de cirugías suelen ser por haber superado un cáncer de mama, por haber tenido problemas con implantes de pecho o por lesiones físicas en esa parte del cuerpo.
- Existen muchos métodos distintos para realizar una cirugía de reconstrucción mamaria según el tipo de problema, pero los más comunes y populares suelen ser el implante de pecho y los métodos de reconstrucción flap.



Reconstrucción de pezón

- Este tipo de operación suele ser complementaria a la anterior. Se realiza cuando ha pasado un tiempo de la reconstrucción mamaria y la paciente se ha recuperado un poco para así asegurar la colocación ideal del pezón.
- Al igual que las anteriores hay varios métodos para reconstruir el pezón, con pezones contralateral o mediante la utilización de colgajos locales para el pezón e injertos de piel para la areola. Por último, una vez recuperados, se tallan del mismo color y forma que el otro pecho.

Cirugía reconstructiva de manos

- Este tipo de cirugía es una de las más importantes dada la importancia que tienen las manos en nuestra vida diaria. La cirugía de reconstrucción de manos no logra solo que el aspecto físico de la mano vuelva a la normalidad sino que la mano pueda volver a recuperar sus funciones lo que permite al paciente poder realizar una vida casi con total normalidad.
- Reparación de tendón: Es muy común. Busca conectar los tendones cortados o rasgados para restaurar el movimiento y funcionamiento de la mano.
- Transferencia de dupuytren o contractura de la fascia palmar.
- Cirugía del túnel carpiano de la mano: Este tipo de cirugía está destinada a personas que sufren el síndrome del túnel carpiano que impide el movimiento de la muñeca y la mano y esto les genera la inflamación de los nervios y los tendones.

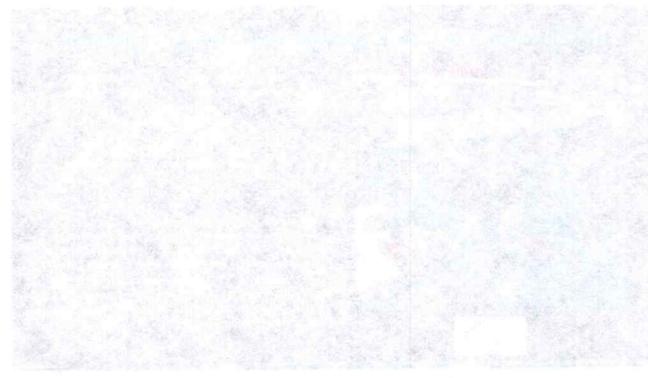




GRACIAS.

La salud no siempre viene de la medicina, la mayoría de las veces viene de la tranquilidad, la paz en el corazón, el alma y el espíritu.





	CENTRO QUIRÚRGICO DE LA SABANA S.A CIRUSABANA S.A FORMATO EVALUACION DEL APRENDIZAJE INDIVIDUAL		TH-P2-FO-01	
ELABORADO POR	REVISADO Y APROBADO	FECHA DE EMISION	VERSION	
ADMINISTRACION	GERENCIA	OCTUBRE- 2022	001	

MEDICION DE NIVELES DE ADHERENCIA, POLÍTICA DE PARTICIPACIÓN 2022.

Análisis de evaluación

A continuación, se analizarán las respuestas del personal respecto a cada pregunta realizada durante la evaluación:

1. En la pregunta cómo hacer frente al estrés y la ansiedad, el 100 % respondió de manera correcta.
2. En 100% del personal identifica la importancia de las rutinas.
3. Ante la pregunta explique las la importancia de cuidar el cuerpo, el 100 % las explico correctamente.
4. El 100% de las personas evaluadas, respondió correctamente cual es el propósito de los programas de promoción y prevención..





**CENTRO QUIRÚRGICO DE LA SABANA S.A
CIRUSABANA S.A
FORMATO EVALUACION DEL APRENDIZAJE
INDIVIDUAL**

TH-P2-FO-01



ELABORADO POR	REVISADO Y APROBADO	FECHA DE EMISION	VERSION
ADMINISTRACION	GERENCIA	OCTUBRE- 2022	001

TEMA: POLÍTICA DE PARTICIPACIÓN 2022

FECHA:

NOMBRE: _____

1. Como hacer frente al estrés y la ansiedad causados por el COVID 19.

2. Nombre la importancia de las rutinas.

-

3. Explique por qué es importante cuidar su cuerpo.

4.Cuál es el propósito de los programas de promoción y prevención.

LISTADO PERSONAL CAPACITACION			TEMA: Politica Participacion	FECHA:	FIRMA
N°	APELLIDOS	NOMBRES	C.C.	CARGO	
1	Agudelo Villegas	Leidy Johanna	53.045.662	Auxiliar de Enfermería	Leidy J. Agudelo
2	Ardila Larrota	María Fernanda	1.019.089.720	Instrumentadora	[Signature]
3	Arévalo Riveros	Daisy	39.687.867	Gerente	[Signature]
4	Ballesteros Coy	Nelson Iván	80.756.461	Regente farmacia	Nelson Ballesteros
5	Bermudez Quitián	Laura Valentina	1.001.087.853	Auxiliar de Enfermería	
6	Briñez Castillo	Victoria Eugenia	52.484.945	Instrumentadora	Jocelyn Briñez
7	Cáceres Cáceres	Ligia Marina	52.054.242	Recepcionista Paciente	Ligia Cáceres
8	Chiappe	Erika Giseth	1.018.403.199	Aux Servicio Generales	Erika Chiappe
9	Davila Villegas	Nancy Aurora	52.036.862	Auxiliar de Enfermería	Jocelyn Davila
10	Gutierrez Duran	María Carolina	52.427.969	Secretaria	[Signature]
11	Gutierrez Duran	Lida Johanna	52.704.870	Aux Servicio Generales	Lida Gutierrez
12	Jimenez Redondo	Karen Tatiana	53.000.119	Enfermera jefe	[Signature]
13	Martinez López	Adriana Carolina	1.057.580.796	Auxiliar de Enfermería	Adriana M.
14	Ojeda Ojeda	Andrea	1.019.011.018	Instrumentadora	ANDREA OJEDA
15	Palacio Suta	Diana Carolina	53.052.332	Instrumentadora	Diana Palacio
16	Pardo Rodriguez	Martha Eugenia	35.465.641	Enfermera Activa	Martha Pardo
17	Piñeros Rincón	Mariana	1.020.804.157	Médico	Mariana
18	Pérez Bernal	Julieth del Pilar	1.031.160.240	Auxiliar de Enfermería	Julieth Perez Bernal
19	Reyes uribe	José Rafael	19.263.366	Médico	
20	Vega Beltrán	Nelly Patricia	51.938.717	Instrumentadora	Incapacido
21	Villada Calderón	Maria Islena	1.022.944.505	Auxiliar de Farmacia	Islena Villada
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					