

# MANUAL DEL *Usuario*

**MiRed**  
BARRANQUILLA IPS



# 01.

## NUESTRA HISTORIA

El Modelo de Atención de la Prestación de Servicios de Salud de MiRed Barranquilla IPS SAS, fue **diseñado para brindar atención en salud a toda la población de la ciudad de Barranquilla, por georreferenciación**, teniendo en cuenta el acceso a cada una de las sedes que conforman la Red Hospitalaria, con la intención de ofertar la atención en salud de una forma integral de tal manera que **cubra las necesidades de todos los usuarios** garantizando en cada actividad brindada, la calidad y la seguridad en cada uno de los servicios que solicitan, de tal manera que el usuario y su grupo familiar obtengan atenciones donde no se ponga en riesgo su salud.

Como parte del mejoramiento continuo de nuestros procesos de atención, **trabajamos día a día con el propósito de hacer de la atención, un proceso exitoso siempre en pro de la mejora**, buscando un alto porcentaje de satisfacción de nuestros usuarios, a través de la oportunidad, la accesibilidad y la calidad de atención de los servicios que se prestan en cada una de las sedes.



# 02.

## DIRECCIONAMIENTO ESTRATÉGICO



Generación de valor



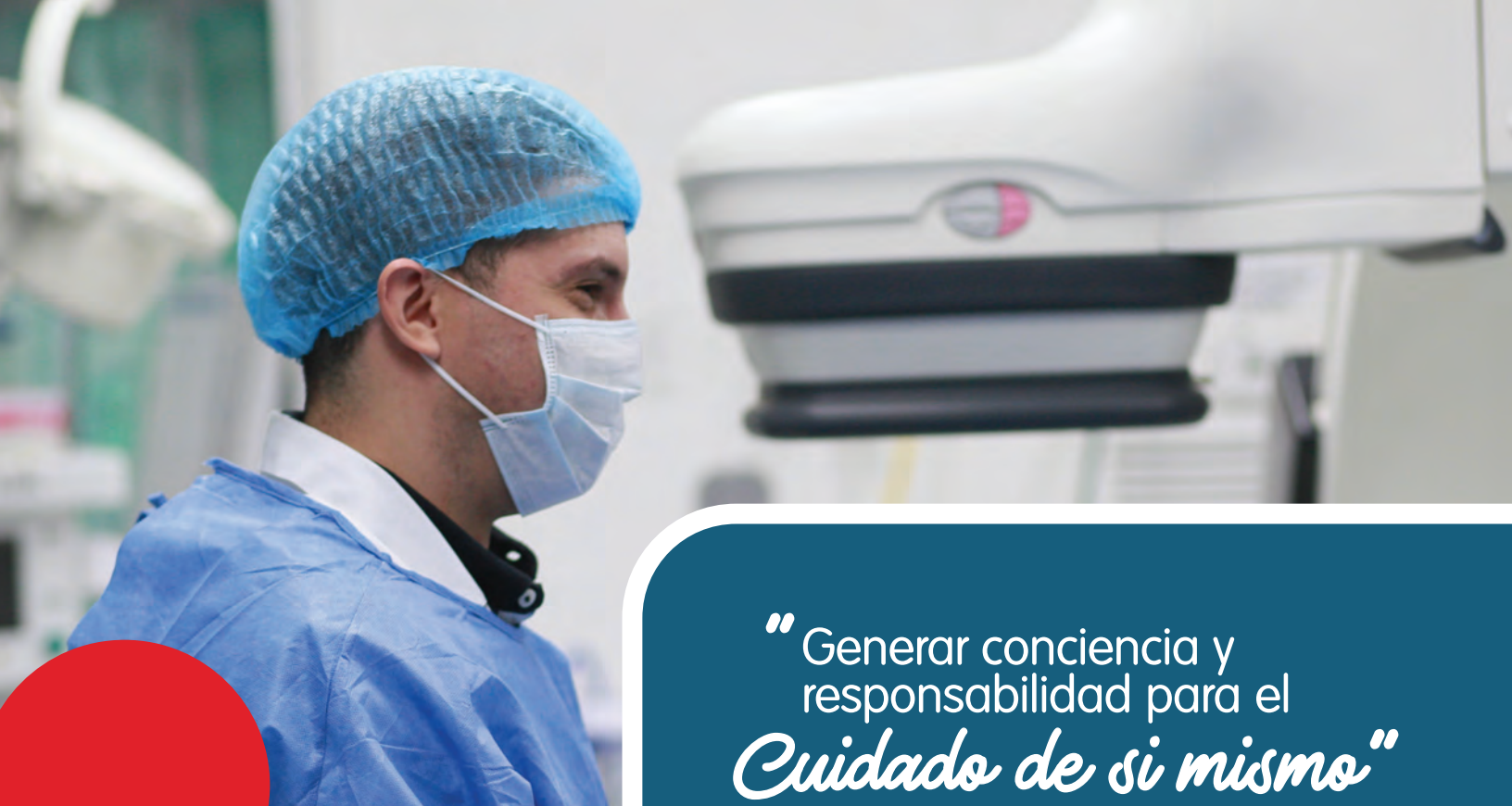
Sostenibilidad



Centrado en el usuario  
y su familia



Participación activa de  
actores y grupos de interés



“Generar conciencia y  
responsabilidad para el  
*Cuidado de si mismo*”

PROPÓSITO SUPERIOR

03.

## MISIÓN

“Somos una red con centros de atención de servicios integrales de salud, cercanos a nuestra población, enfocados en controlar el riesgo, generar conciencia y responsabilidad en el autocuidado”

## VISIÓN

Para el 2023 ser una red con centros de atención y formación, oportunos, seguros y humanizados; con equipos de trabajo felices y de excelente desempeño; contribuyendo a la innovación, obteniendo resultados en salud y la sostenibilidad en la región caribe”

# 04.

## MEGAS INSTITUCIONALES

Teniendo como insumo modelo de negocios, líneas y objetivos estratégicos, Misión y Visión, mapa estratégico comparativo y la matriz de 4 fuerzas, se definieron las Megas institucionales, las cuales están definidas hasta el año 2023:

3%

De eventos adversos

85%

Del recaudo final

50%

De colaboradores felices en el trabajo



## VALORES INSTITUCIONALES



### AMOR

En lo que somos y lo que hacemos



### TRABAJO EN EQUIPO

Coordinación y organización



### RESPONSABILIDAD

Cumpliendo con disciplina mis compromisos

# 05.

## POLÍTICAS INSTITUCIONALES

### Política de Prestación de servicios de salud

Ofrecer servicios de salud de calidad, integrales, cercanos a la comunidad.

### Política de Calidad

Trabajar en equipo para mantener la mejora continua de todos los procesos, con servicios de salud humanizados, seguros, socialmente responsables.

### Política de humanización

Trabajar con la comunidad para mejorar su calidad de vida, con un trato amoroso, digno, respetuoso, en ambientes confortables.

### Política de seguridad de la atención

Identificar, prevenir, disminuir y controlar las acciones inseguras asociadas a los riesgos institucionales.

### Política de gestión integral del riesgo

Identificar, analizar, intervenir, controlar y mitigar los riesgos integrales hacia: el ser humano, el ambiente físico, la tecnología, la comunicación institucional, la sostenibilidad ambiental y financiera.

### Política de gestión de la información y las comunicaciones

Contar con información oportuna, confiable, suficiente y segura, para tomar decisiones que mejoren los procesos institucionales.

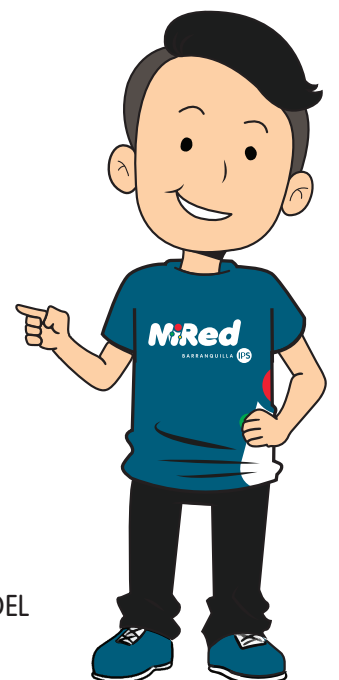
### Política de docencia-servicio e investigación

Contribuye con el desarrollo de competencias en el ser, saber, hacer y convivir de los actores de la relación docencia servicio, en un contexto ético, académico y de bienestar; generando conocimiento mediante la investigación y la innovación de bajo riesgo para contribuir al mejoramiento de los retos en salud.

### Política de gestión del talento humano

Tener colaboradores calificados y felices dentro una cultura organizacional centrada en la responsabilidad, el autocuidado, el amor y el trabajo en equipo.

*Cuidamos  
Tu Salud*



# ¿YA CONOCES TUS Derechos & Deberes?

Ley 1751 de 2015 (Ley estatutaria de salud)

## DERECHOS

- 01 Recibir atención e información de forma amable, segura y oportuna sobre su estado de salud, costos de su atención y plan de manejo.
- 02 Conocer el nombre del médico tratante y demás personas que lo atienden.
- 03 Recibir una segunda opinión de otro profesional de la salud y/o una remisión oportuna cuando su estado de salud lo requiera.
- 04 La elaboración y custodia de una historia clínica íntegra, verdadera y legible.
- 05 Conocer la red de Instituciones con la cual recibirán los servicios de salud.
- 06 Decidir de manera libre la realización de procedimientos y/o donaciones de órganos, respetando la voluntad del paciente y la de su familia, cuando aplique, de participar o no en investigaciones y prácticas académicas.
- 07 Recibir atención con la mayor confidencialidad posible en unas instalaciones seguras, limpias y cómodas.
- 08 Tener la compañía de sus familiares y recibir apoyo espiritual y moral durante su atención.
- 09 Morir con dignidad.
- 10 Presentar reclamos, peticiones o sugerencias y a recibir respuesta oportuna.
- 11 Recibir de manera preferencial atención si Ud. es usuario mayor de 60 años, tiene limitaciones físicas o mentales, mujer en estado de embarazo, menor de un año, pacientes con enfermedades catastróficas y víctimas del conflicto armado.
- 12 Pronta detección y atención en casos de violencia y abuso.

## DEBERES

- 01 Presentar la documentación completa, veraz y actualizada al solicitar atención en la institución, así como evitar la doble afiliación al Sistema de Seguridad Social en Salud.
- 02 Cuidar y hacer uso racional de los recursos, instalaciones y servicios de la institución.
- 03 Brindar un trato amable y respetuoso al personal que lo atiende.
- 04 Respetar y cumplir con las normas de la institución.
- 05 Suministrar información completa y real sobre su estado de salud.
- 06 Cumplir con el plan de manejo que le defina el equipo de salud que lo atiende.
- 07 Pagar lo que le corresponde por la atención recibida.
- 08 Estar a cargo de una persona responsable si es menor de edad, mayor de 60 años o si tiene limitaciones físicas o mentales.
- 09 Presentar de manera adecuada las quejas, reclamos o sugerencias.
- 10 Promover el autocuidado personal familiar y de la población para disminuir los factores de riesgo y proteger la salud.
- 11 Cumplir con las citas asignadas o cancelar de forma oportuna.

*Cuidamos  
tu Salud*

# 06.

## PASOS PARA LA ESTRATEGIA IAMII

- 1** DISPONER DE UNA POLÍTICA INSTITUCIONAL  
La política promueve y garantiza los derechos de la mujer y de los niños
- 2** CAPACITAR AL PERSONAL SOBRE LA POLÍTICA IAMII  
Todo el personal debe conocer la política para brindar una atención con calidad
- 3** EMPODERAR A LAS MUJERES Y SUS FAMILIAS PARA EL CUIDADO  
El embarazo es una etapa de cambio importantes, por eso debe tener en cuenta la educación que te brindan en el hospital
- 4** LAS MEJORES CONDICIONES PARA EL NACIMIENTO  
El amor hacia tu bebé se fortalece mediante el contacto piel a piel después del nacimiento y al inicio de la lactancia materna
- 5** ORIENTACIÓN Y AYUDA EFECTIVA EN EL CUIDADO DURANTE EL PROCESO  
No sólo debes cuidar tu salud durante el embarazo, también debes hacerlo al asumir el nuevo rol como madre
- 6** LACTANCIA MATERNA EXCLUSIVA  
Es el mejor alimento, y asegura el crecimiento y desarrollo saludable de tu bebé
- 7** ALOJAMIENTO CONJUNTO Y ACOMPAÑAMIENTO  
Pueden permanecer juntos, incluso si tu bebé o tú están hospitalizados
- 8** SEGUIMIENTO DEL CRECIMIENTO Y DESARROLLO  
Debes asistir a los controles que necesita tu bebé en cada etapa de su vida
- 9** ENTORNOS PROTECTORES Y ESPACIOS AMIGABLES  
El hospital quiere que durante tu estancia te sientas cómoda, tranquila y protegida, al igual que tu bebé.
- 10** REMISIÓN A HOGARES DE PASO  
El hospital cuenta con redes de apoyo comunitarias que te pueden apoyar.



07.

## METAS INTERNACIONALES PARA LA SEGURIDAD DEL PACIENTE

CÓMO USUARIO HACES PARTE DE LA CALIDAD Y LA SEGURIDAD DE LA RED,  
AYÚDANOS ESTANDO PENDIENTE DE:

1

### Identificar al paciente correctamente

- Verifique que en **su manilla de identificación y rótulo de cabecera estén los datos correctos** de su nombre y número de identificación.
- Esté atento que el personal **le llame por su nombre completo al realizar un procedimiento**, un estudio, la toma de muestras de exámenes de laboratorio, una transfusión o cuando le administren medicamentos...
- Revise que al momento de entregarle **fórmulas, resultados de estudios estos correspondan con su identificación y nombre completo**, antes de salir de la Institución.

2

### Mejorar la comunicación efectiva

- Al ingresar a la institución **manifieste si es alérgico a algún medicamento**
- Comente a su médico tratante si está **recibiendo algún tratamiento en casa, incluyendo los Homeopáticos**
- **No omita información que le soliciten**, esta puede ser importante para que el personal de salud, lo trate de forma idónea.
- **Pregunte el nombre del profesional** que lo está tratando
- **Aclare dudas**, opciones de tratamiento, explicación de su diagnóstico y de su estado actual de salud.

3

## Reglas de oro para la administración de medicamentos

Por favor, tu como paciente o familiar apóyanos en que nuestro personal siga las REGLAS DE ORO PARA LA ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS **(11 CORRECTOS)**



**1.**  
Higiene de manos



**2.**  
Administrar el medicamento al **PACIENTE** correcto



**3.**  
Administrar el **MEDICAMENTO** correcto



**4.**  
Administrar la **DOSIS** correcta



**5.**  
Administrar el medicamento por la **VÍA** correcta



**6.**  
Administrar el medicamento a la **HORA** correcta



**7.**  
Administrar el medicamento al **FLUJO** correcto



**8.**  
Administrar el medicamento a un **VOLUMEN** de dilución correcto



**9.**  
Registrar todos los medicamentos administrados en el **DOCUMENTO** correcto



**10.**  
Investigar **ALERGIAS** a medicamentos por parte del paciente



**11.**  
**EDUCAR** al paciente y su familia sobre el medicamento que se le va administrar

4

## Cirugía en el lugar correcto y al paciente correcto

- Solicite información del procedimiento o cirugía que le van a realizar
- Al firmar el consentimiento informado **solicitar a médico tratante explique riesgos** y posibles complicaciones antes de la cirugía
- Si su cirugía es programada **confirmar fecha establecida** para el procedimiento
- Si hay **alguna novedad en su estado de salud** antes de su procedimiento quirúrgico programado **informar a la institución** donde se le realizará tal procedimiento
- Solicitar antes del alta **información sobre los cuidados pos-operatorios**

5

## Reducir el riesgo de infecciones asociadas a la atención en salud

- Para prevenir posibles infecciones asociadas a la atención en salud debe **lavarse las manos cada 2 horas**, antes y después de comer y de ir al baño, después de tocar superficies y antes de tocar su rostro. *(Pregunta por los dispensadores de alcohol en nuestras sedes)*
  - Si está hospitalizado **no manipule los dispositivos** médicos usados para su tratamiento.
- Cumpla con las recomendaciones implementadas en la institución:**
- Cumplir con el protocolo de aislamiento de pacientes, de esta manera **interrumpimos la cadena de transmisión y controlamos los brotes epidémicos.**
    - Aislamiento por contacto
    - Aislamiento por gotas
    - Aislamiento por aerosol
    - Aislamiento por ambiente protegido
    - Aislamiento por vectores
  - Evite ingresar a habitaciones de otros pacientes

6

## Reducir el riesgo de daño al paciente por caídas

Cumpla con las recomendaciones establecida en la institución para prevenir el riesgo de caídas

- ➔ Mantener **barandas elevadas**
- ➔ **Solicitar acompañamiento** al levantarse de la cama para ir al baño o movilizarse en la habitación, si su estado lo requiere
- ➔ **Sentarse por lo menos cinco minutos** en la cama antes de levantarse si permaneció mucho tiempo acostado
- ➔ **Informar** al personal de salud **algún cambio en su estado.**

### EN CASA

- ➔ Utilizar zapatos cerrados y cómodos con suelas que no resbalen
- ➔ Evitar tener objetos en el piso que propicien caídas
- ➔ Mantener los pisos libres de ceras que resbalen
- ➔ Mantener buena iluminación en las áreas de la casa donde se encuentra el paciente.

7

## Prevenir las úlceras por presión

Si su paciente está en cama por periodos prolongados

- ➔ Apoye en el proceso de **movilización en cama**
- ➔ Mantenga la cama con **sábanas limpias y lisas**
- ➔ **Evite dejar residuos** de comida en las sábanas
- ➔ Mantenga sus **pañales secos** para evitar riesgos de laceraciones por humedad
- ➔ Estar **atentos de algún cambio en la piel** de su paciente e informar a personal asistencial

# 08

## NUESTRAS SEDES

NOMBRE	DIRECCIÓN
HOSPITAL GENERAL DE BARRANQUILLA	Calle 33#33-09
CAMINO LA MANGA	Carrera 21D#78-55
HOSPITAL NAZARETH	Calle 47#19-87
CAMINO MURILLO	Calle 45#8H-48
CAMINO LA LUZ-CHINITA	Carrera 17#12-39
PASO LAS FLORES	Vía 40#107-15
PASO PLAYA	Carrera17D#17-56
CAMINO METROPOLITANO	Calle 78 #2Sur
PASO PRADERA	Calle 121#26-28
PASO SAN FELIPE	Calle 68#24C Esquina
PASO REBOLO	Calle 16#29 -44
PASO LA SIERRITA	Calle 74#5E -01
PASO CARRIZAL 1	Carrera 4#49E-15
PASO LAS MALVINAS	Calle 99C#9C-33
PASO LAS NIEVES	Carrera 14#24-98
PASO JULIO MONTES	Carrera 23#27-16
PASO BUENA ESPERANZA	Carrera 16A#63C-120
PASO GALAN	Carrera 2B#36B-55
PASO VILLANUEVA	Carrera 2B#41-223
PASO JUAN MINA	Calle 7#6-33
PASO BARLOVENTO	Carrera 50#9-41
PASO UNIVERSAL	Calle 96#1G Esquina
PASO LAS PALMAS	Carrera 7D#34-55
PASO NUEVA ERA	Carrera 27#83-116
PASO LA VILLA	Calle 94#6G-55
CAMINO SIMÓN BOLÍVAR	Calle 23#5-50
PASO NUEVA VIDA	Calle 49#8 Sur-64
CAMINO BOSQUE DE MARÍA	Calle 64#9D-66
CAMINO SUROCCIDENTE	Carrera 12#110-91
PASO CARLOS MEISEL2	Carrera 25#73-17
PASO SANTODOMINGO DE LAS AMÉRICAS	Calle 53#3A-22
PASO SAN SALVADOR	Calle 84#80-30
CENTRO DE RECUPERACIÓN NUTRICIONAL ROSOUR 7	Calle 98#9G-10
CAMINO UNIVERSITARIO DISTRITAL ADELITA DE CHAR	Calle 50#20-91
PASO ESMERALDA-LIPAYA	Calle 73F#12-19
PASO LA UNIÓN-SAN JOSÉ	Carrera 21 #39-59
PASO LA 21	Calle 45#20-179
PASO VILLAS DE SAN PABLO	Diagonal138 Carrera 7M Esquina
PASO EL FERRY 1º DE MAYO	Carrera 7B#6 Esquina
CIUDADELA 20 DE JULIO	Calle 47A#3A Sur 20



# EPS ALIADAS

## ➔ SURA EPS

Regional Norte / Barranquilla  
Calle 82 # 46 - 58, C.C. Premium Place. L. 6 y 7  
Teléfono: 605 361 7900 / Fax: 605 361 7969  
**JORNADA CONTINUA**  
Lunes a viernes de 7:30 a.m. a 1:00 p.m.

## ➔ SANITAS

Calle 82 # 51b-37  
Teléfono: 605 322 6888  
**HORARIOS:**  
Lunes a viernes: 7:00 a.m. - 3:00 p.m.  
sábados: 9:00 a.m. - 12:00 m.

## ➔ CAJACOPI

Calle 45 # 32 - 19 / Calle 44 # 46 - 56  
**JORNADA CONTINUA**  
Lunes a viernes de 7:30 a.m. a 1:00 p.m.

## ➔ SALUD TOTAL

Carrera 47#82-220  
Teléfono: 605 369 8585 / 605 369 8555  
**HORARIOS:**  
Lunes a viernes: 7:00 a.m. - 3:00 p.m.  
sábados: 8:00 a.m. - 10:50 a.m.

## ➔ NUEVA EPS

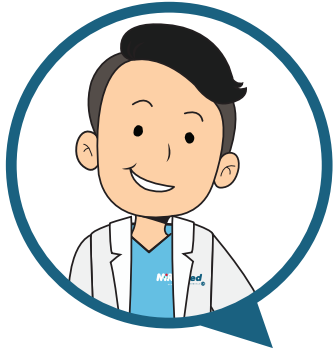
Calle 45#9F -48 / Carrera 53#72-96  
**HORARIOS:**  
Lunes a viernes: 8:00 a.m. - 1:00 p.m.  
2:00p.m. - 5:00 p.m.  
sábados: 8:00 a.m. - sábados.

## ➔ MUTUAL SER

Calle 56 #8E 1-238, sector la macarena.  
Teléfono: 605 642 9429

## ➔ COOSALUD

**Contributivo**  
Calle 85#50-159 L.4 P.1 Ed. Quantum Tower  
**Subsidiado**  
Calle 45#43 -1  
Tel Línea #922



**AHORA SER SALUDABLE**  
*es mas Fácil...*

## **HORARIOS** DE ATENCIÓN

- **PROGRAMAS DE PROMOCIÓN Y MANTENIMIENTO DE LA SALUD**
- **CONSULTA EXTERNA**

LUNES - VIERNES

 **7:00 a.m. - 4:00 p.m.**

SÁBADOS

 **7:00 a.m. - 1:00 p.m.**

*Agenda tus citas en*



**Contact  
center**

**(605) 319 8720**



WhatsApp

**315 405 6834**



Correo

**citasmedicas@miredips.org**

**Horarios**

**Lunes a viernes de 7:30am-5:30pm**

**Sábados de 8:00am-12:00 pm**

ES HORA DE APLICAR LA REGLA DE LAS 3RS  
**REDUCE** > **REUSA** > **RECICLA**



**CANECA BLANCA**

Residuos **reciclables**  
**aprovechables**

- \* Cartón
- \* Papel
- \* Plástico
- \* Vidrio
- \* Metal



**CANECA VERDE**

Residuos **orgánicos**  
**aprovechables**

- \* Residuos de alimentos
- \* Residuos de plantas



**CANECA NEGRA**

Residuos **orgánicos**  
**NO aprovechables**

- \* Envolturas de alimentos
- \* Servilletas sucias
- \* Papel higiénico
- \* Desechos de tapabocas y guantes

**¡Sé tú el cambio que quieres ver!**

PIENSA EN EL FUTURO, PIENSA EN LA TIERRA



ATENDEMOS  
URGENCIAS 24h

# VISITAS HOSPITALIZACIÓN

## CUD ADELITA DE CHAR

**UCI Neonatal** - *Somos unidad de puertas abiertas*

La visita es de padres y madres de **lunes a domingo**, los domingos se permite el ingreso de alguno de los abuelos.

🕒 **8:00 a.m. - 4:00 p.m.**

8:00 a.m. a 10:00 a.m. Las madres realizan actividades en el banco de leche

10:00 a.m. a 4:00 p.m. Las madres entran a la unidad a cangurar, hacen las una pausa activa para salir almorzar

**UCI Pediátrica**

🕒 **11:00 a.m. - 12:00 p.m.**  
**3:00 p.m. - 4:00 p.m.**

**Hospitalización Pediátrica**

Los niños son acompañados de un cuidador sea la madre o el padre y estos se relevan.

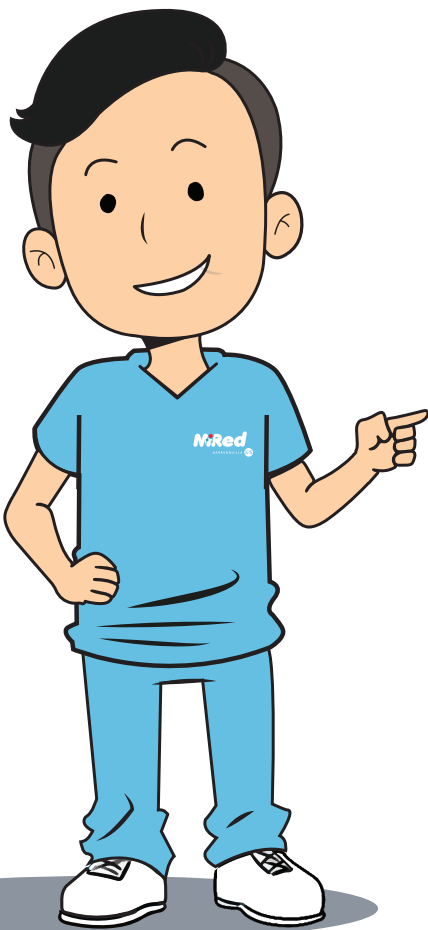
## HOSPITAL GENERAL DE BARRANQUILLA

**UCI**

🕒 **11:00 a.m. - 12:00 p.m.**  
Todos los días

**Hospitalización**

🕒 **3:00 P.m. - 3:30 p.m.**  
Todos los días





*Cuidamos  
Tu Salud*

## APRECIADO USUARIO:

En estos momentos en los cuales su salud ha sido puesta a prueba, queremos brindarle nuestro apoyo y compromiso para seguir cuidando de su salud.

Con gran afecto,  
**MiRed IPS Barranquilla**



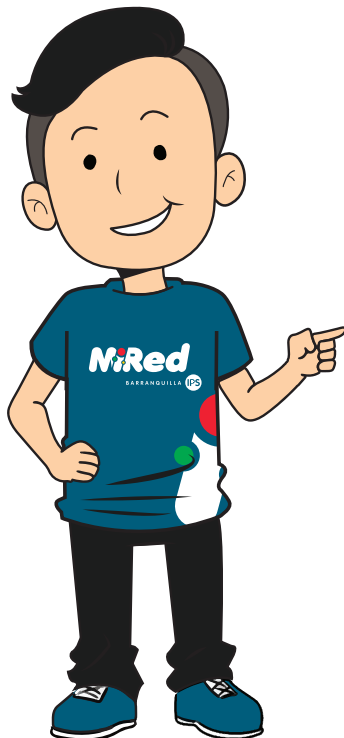
# Tu opinión nos importa



Escanea el código QR para ingresar al sitio web donde puedes realizar tus **felicitaciones, quejas, peticiones y reclamos** referente a nuestra **prestación de servicio** asistencial y administrativo.

## LA SATISFACCIÓN DE LOS USUARIOS

Es un componente fundamental de los planes de mejora y de la seguridad hospitalaria, con la que **MiRed IPS** esta comprometido.



Escanea el código QR para diligenciar la **encuesta de satisfacción** con el fin de tener una prestación de servicios de salud con calidad.



Para estar  
**Siempre**  
**cerca de ti.**  
Ahora ser saludable es más fácil.

**APP**  
**MiRed**

Solicita tus citas desde el lugar  
donde estes con tu celular.

Descárgala gratis



**APP**  
**MiRed**

**Contact**  
**center**

**Midata**

**@MiRed**





# Alimentarse bien, *sentirse bien.*

Tu salud física, tus hábitos de vida y tu bienestar subjetivo influyen mutuamente en un círculo virtuoso:  
**a buena salud existe mayor felicidad, y viceversa.**



## PROGRAMAS DE *Promoción & Mantenimiento* de la salud

Para MiRed IPS eres muy importante, por eso te invitamos a que asistas a los diferentes programas de Promoción y Mantenimiento de la salud que ofrecemos pensando en tu salud y bienestar, en donde identificaremos e intervendremos tempranamente tus riesgos en salud, te enseñaremos como cuidarte mejor y a estar atentos a las señales de alarma para consultar oportunamente.

### **Atenciones por ciclo de vida:**

- ➔ Primera infancia e infancia
- ➔ Adolescencia y juventud
- ➔ Adulterz y vejez

### **Atenciones de acuerdo a condición de salud:**

- ➔ Programa de maternidad
- ➔ Programa de salud cardiovascular
- ➔ Programa de tuberculosis
- ➔ Condiciones para toma de citología vaginal



# Atención en Primera Infancia e infancia

ATENCIÓNES POR CICLO DE VIDA



## Niños y Niñas

de 1 mes de nacido hasta  
11 años de edad

**Evaluaremos** periódicamente a los niños y niñas como están  
**creciendo y desarrollándose física y emocionalmente.**

## ATENCIÓNES PROGRAMADAS

### Atención médica:

- 1<sup>er</sup> mes  4-5 meses  12-18 meses  24-29 meses  
 3 años  5 años  6 años  8 años  10 años

### Atención por enfermería:

- 2-3 meses  6-8 meses  9-11 meses  19-23 meses  
 30-35 meses  4 años  7 años  9 años  11 años

### Atención por odontología:

Una vez al año a partir de los 6 meses de edad.

### Profilaxis y remoción de placa bacteriana:

Dos veces al año, cada 6 meses.

### Vacunación

- 2 meses  4 meses  6 meses  7 meses  12 meses  
 18 meses  5 años  9 años  11 años

## IMPORTANTE EN ESTA ETAPA:

- ➔ **Lactancia materna exclusiva**, la leche materna es el mejor y único alimento que el bebé debe recibir durante los primeros 6 meses de vida.
- ➔ **Escuche a su niño o niña**, hágale sentir que lo que él dice es muy importante para usted.
- ➔ **Corrija con amor**, hágale mirándolo a los ojos sin alterarse, antes de corregir recupere la calma, no lo grite o maltrate físicamente.
- ➔ **Aplicar todas las vacunas** a los niños y niñas de acuerdo al esquema de vacunación. **La vacunación es un acto de AMOR**
- ➔ **Siempre debes llevar el carnet de vacunación cuando asistas a los controles** de salud del niño o niña, y estar atenta cuando le corresponde aplicarse las próximas dosis de vacunas. Las vacunas protegen la salud de enfermedades.
- ➔ **Asistir a todas las consultas de acuerdo a su edad y cumplir las recomendaciones del equipo de salud.**



# Programa de Adolescencia y juventud

ATENCIÓNES POR CICLO DE VIDA



## Jóvenes

entre 12 y 28 años

Identificar tempranamente factores de riesgo que puedan afectar su salud y su desarrollo, concertar con ellos el plan de cuidado y potenciar sus capacidades, practicas y habilidades para el cuidado de su salud.

## ATENCIÓNES PROGRAMADAS

### Atención por medicina general:

12 años  14 años  16 años  18-23 años  24-28 años

### Atención por enfermería:

13 años  15 años  17 años

### Atención por odontología:

Una vez al año.

### Profilaxis y remoción de placa bacteriana:

12-17 años: dos veces al año, cada 6 meses.  18-28 años: una vez al año.

### Vacunación para mujeres:

- **VPH:** Niñas desde los **12-17 años**, protege contra el cáncer de Cérvix o cuello uterino.

- **Vacuna Toxoide tetánico diftérico:** Niñas desde los **10 años** de acuerdo al antecedente vacunal

### Laboratorio clínico : Hemograma para niñas

10-13 años  14 años  17 años y los que te solite el equipo de salud según riesgos

### Asesoría en anticoncepción en caso de inicio de vida sexual.

Ofrecemos los Servicios de salud amigables para adolescentes y jóvenes:

**PASOS:** Rebolo, Villa San Pablo, Nueva Vida. **CAMINOS:** Bosque de María y Luz Chinita.

### Toma de citología mujeres:

**Menores de 25 años** si han indicado vida sexual activa.

**Mayores de 25 años** según solicitud por el equipo de salud.

## IMPORTANTE EN ESTA ETAPA:

- ➔ Realizar **actividad física** al menos 60 minutos al día.
- ➔ Tener una **alimentación saludable**, es una parte importante de su crecimiento y desarrollo.
- ➔ Si tienes **vida sexual activa protégete** contra las enfermedades de transmisión sexual, **siempre usa el condón o preservativo en cada relación sexual** y asume un método de planificación familiar para evitar embarazos no planeados.
- ➔ **En caso de dudas, consulta al PASO o Camino mas cercano**
- ➔ Es importante **asistir a todas las consultas de acuerdo a la edad** y cumplir las recomendaciones del equipo de salud.



# Programa de Adultez y Vejez

ATENCIÓNES POR CICLO DE VIDA



## Adultos

Mayores de 29 años

Fortalecer los hábitos saludables y el autocuidado, detectar y controlar tempranamente enfermedades crónicas no transmisibles y promover una sexualidad sana y responsable.

## ATENCIÓNES PROGRAMADAS

### Atención por medicina general:

- 29-34 años
- 35-39 años
- 40-44 años
- 45-49 años
- 50-52 años
- 53-55 años
- 56-59 años
- y luego cada 3 años

**Atención por odontología:** Una vez cada 2 años.

**Vacunación para mujeres: Vacuna Toxoide tetánico diftérico:** Niñas desde los **10 años** de acuerdo al antecedente vacunal

### Laboratorio clínico :

- Tamizajes para riesgo cardiovascular y metabólico cada cinco años
- Tamizajes para VIH, sífilis, hepatitis B y C y los que te solicite el equipo de salud según riesgos

**Asesoría en anticoncepción:** en caso de vida sexual activa y formulación de métodos anticonceptivos.

**Consulta de planificación familiar:** Hombres y mujeres con vida sexual activa

### Tamizajes para cáncer:

#### - Cáncer de mama - mujeres:

Examen clínico de la mama: anualmente a mujeres entre los 40 a 69 años.  
Solicitud de mamografía de los 50 a los 69 años cada dos años o según riesgo

#### - Cáncer de cérvix o cuello uterino:

Citología vaginal de acuerdo al riesgo a partir de los 25 años de edad

#### - Cáncer de Próstata:

Tacto rectal: de los 50 a los 75 años cada 5 años  
Antígeno prostático: de los 50 a los 75 años cada 5 años

#### - Cáncer de Colon y recto:

Prueba de sangre oculta en heces. (examen de laboratorio en materia fecal)

## IMPORTANTE EN ESTA ETAPA:

- ➔ **Realizar actividad física** al menos 60 minutos al día.
- ➔ **Tener una alimentación saludable**, es una parte importante para mantener la salud.
- ➔ Si tienes **vida sexual activa** **protégete** contra las enfermedades de transmisión sexual, **siempre usa el condón o preservativo en cada relación sexual.**
- ➔ **Planea tu familia:** utiliza métodos de planificación familiar para evitar embarazos no planeados, consulta al paso.
- ➔ **En caso de dudas, consulta al PASO o Camino más cercano.**
- ➔ Es importante **asistir a todas las consultas de acuerdo a la edad y riesgo**; y, cumplir las recomendaciones del equipo de salud.



# Programa de Maternidad

ATENCIÓNES DE ACUERDO  
A CONDICIÓN DE SALUD



Dirigido a todas las mujeres en estado de embarazo, en las atenciones de este programa el equipo de salud estará atento a **identificar oportunamente los riesgos para tu salud y la de tu bebé**, intervenirlos oportunamente y acompañarte en esta bella etapa en la que te encuentras, orientándote sobre los cambios que tendrás y como cuidarte mejor por eso es importante que consultes tan pronto tengas sospecha de estar embarazada, **un inicio temprano de tus controles prenatales permitirá identificar precozmente tus factores de riesgo para un manejo adecuado y oportuno.**

## ATENCIÓNES PROGRAMADAS

**Consulta por medicina general:** de acuerdo a tu riesgo materno

**Consulta por enfermería:** de acuerdo a tu riesgo materno

**Consulta por ginecólogo:** de acuerdo a tu riesgo materno

**Consulta por odontología:** 2 veces durante tu embarazo

**Consulta de nutrición:** de acuerdo a tu riesgo materno

### Laboratorios:

En cada trimestre de embarazo y según factores de riesgo, incluida la citología vaginal

### Vacunación:

En la semana 12 de gestación: vacunación contra Covid19

En la semana 14 de gestación: vacuna del tétano e influenza

En la semana 26 de gestación: Tdap.

### Curso de maternidad y paternidad:

Una sesión: antes de la semana 14

Tres sesiones: segundo trimestre

Tres sesiones tercer trimestre

## IMPORTANTE EN ESTE PROGRAMA:

- ➔ **Ingresar de manera temprana a control prenatal:** Consulta lo más pronto posible con el médico o enfermera si no te llega la menstruación o sospechas que estas embarazadas.
- ➔ **Realízate prontamente los laboratorios solicitados** por el equipo de salud, de esta manera tendrás una evaluación completa y oportuna de tu embarazo.
- ➔ **Vacúnate en el embarazo**, es la mejor decisión para tu salud y la de tu bebé.
- ➔ **Asiste al curso de maternidad y paternidad** para darte herramientas y vivir la gestación de una manera sana para ti, tu bebé y tu familia
- ➔ **Pon en práctica todas las recomendaciones de auto cuidado** que recibas en las consultas con el equipo de salud y en el curso de maternidad y paternidad
- ➔ **Consulta todas tus inquietudes al equipo de salud**, ellos te orientaran correctamente.
- ➔ **Asistir a todas las consultas** de acuerdo a tu riesgo y cumple todas las recomendaciones del equipo de salud



# Programa de Salud Cardiovascular

ATENCIÓNES DE ACUERDO  
A CONDICIÓN DE SALUD



Dirigido para los usuarios con diagnóstico de hipertensión y/o diabetes

## ATENCIÓNES PROGRAMADAS

### Atención por medicina general para pacientes de riesgo bajo o moderado:

Cada tres meses o de acuerdo a estado de salud

### Atención por medicina interna para pacientes de riesgo alto:

Cada tres meses o de acuerdo a estado de salud.

### Atención por odontología:

Pacientes con diagnóstico de diabetes cada año

### Atención por nutrición:

De acuerdo a lo solicitado por médico tratante

### Atención por psicología:

De acuerdo a lo solicitado por médico tratante

### Laboratorios:

De acuerdo a lo solicitado por el equipo de salud.

### Asistencia a actividades educativas con fisioterapia, nutrición y psicología

## IMPORTANTE EN ESTE PROGRAMA:

- Los medicamentos no son para bajar la presión, son para evitar que se suba, no dejes de tomarlos.
- Sustituya los alimentos fritos por las preparaciones al vapor, a la plancha, asados, al horno o cocidos.
- Elimine la piel o cualquier grasa visible del pollo, de las carnes y del pescado por el momento de la preparación.
- Consuma a diario entre 4 y 5 porciones de frutas y verduras, se recomienda comer las frutas con la cascara, ya que esta aporta fibra. Come banano, naranja, mango papaya y melón.
- Es ideal no tomar jugos... si los tomas, agrégale poca azúcar.
- Reduzca la sal en la preparación de los alimentos. Quita el salero de la mesa y come bajo en sal, usa limón o vinagre en vez de sal.
- Lo ideal es no usar aceites, si los usas te recomendamos aceite de canola, oliva, girasol, soya o maíz para preparar sus alimentos.
- Tienes parques muy cerca de tu casa, camina rápido o trota 30 minutos, monta bicicleta 4 veces a la semana.
- Evita comer carnes frías (jamón, butifarras, salchichas, mortadela).
- Es importante asistir a todas las consultas de acuerdo a la edad y riesgo; y, cumplir las recomendaciones del equipo de salud



# Programa de Tuberculosis

ATENCIÓNES DE ACUERDO  
A CONDICIÓN DE SALUD



Dirigido a pacientes con diagnóstico de tuberculosis con el fin de acompañar el paciente en su tratamiento, detectar tempranamente resistencia a la medicación y realizar búsqueda de contactos de pacientes con tuberculosis.

## ATENCIÓNES PROGRAMADAS

### Atención por medicina general:

1 mes  3 mes  5 mes  6 mes de tratamiento

**Atención por enfermería:** controles mensuales

**Atención por especializada:** si es requerido

**Atención por nutrición:** al iniciar tratamiento

### Baciloscopia y cultivo de control:

2 mes  4 mes  6 mes de tratamiento

### Laboratorios:

Función hepática y renal, VIH, hemograma, glicemia, radiografía, y TSH: **al iniciar tratamiento**

### Administración de tratamiento según tipo de tuberculosis

## IMPORTANTE EN ESTE PROGRAMA:

- Toda persona con **tos y expectoración por mas de 15 días debe consultar al médico para solicitar estudios**
- En caso de **pacientes con VIH o inmunosuprimido:** si presenta tos con o sin expectoración, fiebre, pérdida de peso, o sudoración nocturna, de cualquier tiempo de duración.
- **Nunca suspender el tratamiento**
- **Realizarse los estudios** de acuerdo a lo solicitado por el equipo tratante.
- **Asistir a todas las consultas de acuerdo al riesgo** y cumplir las recomendaciones del equipo de salud



# CUIDATE

*Tienes mucho por vivir*

## Condiciones para toma de **Citología Vaginal**

ATENCIONES DE ACUERDO  
A CONDICIÓN DE SALUD



Es un examen importante para todas las **mujeres con vida sexual activa o entre los 25 a 69 años** y consiste en tomar una pequeña muestra de tejido del cuello del útero, que posteriormente se analiza para identificar si hay o no presencia de células anormales o cancerosas.

### **INSTRUCCIONES PREVIA LA TOMA DE CITOLOGÍA:**

- ➔ No tener relaciones sexuales tres (3) días antes del examen.
- ➔ No tener el período menstrual.
- ➔ No aplicar óvulos ni tabletas vaginales.

➔➔ **La citología es un examen rápido, no doloroso que permite un diagnóstico oportuno del cáncer de útero.**

**¡Realízate la citología...**  
*te puede salvar la vida!!*