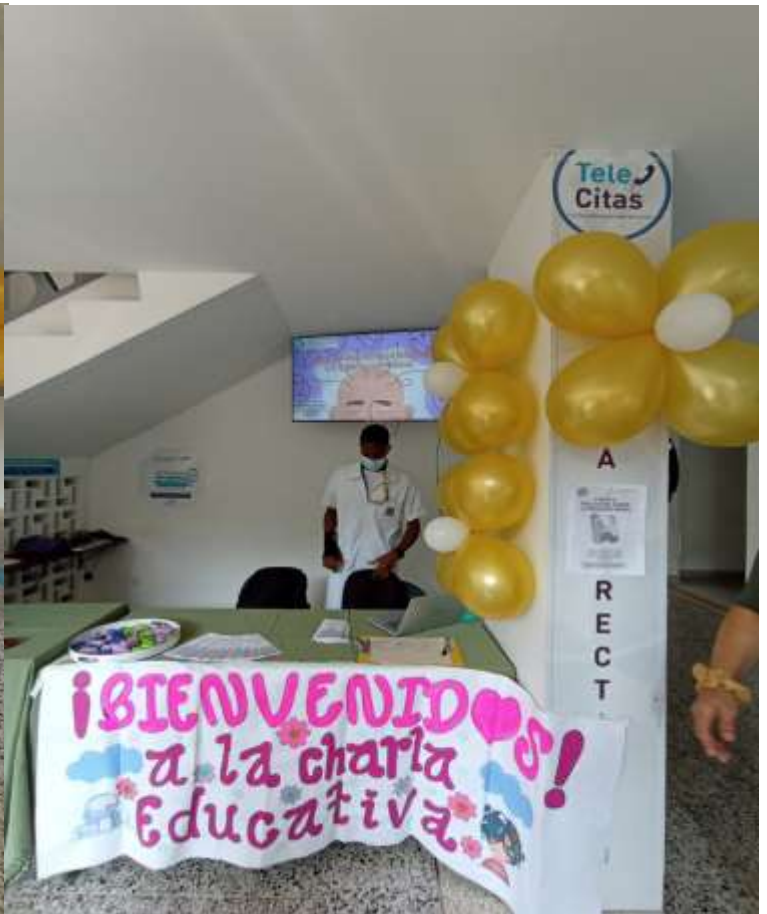


EVIDENCIA FOTOGRAFICA EDUCACIONES







cuidados para reducir el consumo de SPA

- Acudir a redes de apoyo o centros de salud.
- Vigilancia de conducta.
- verificación de signos de alarma para recurrir al centro de atención más cercano.

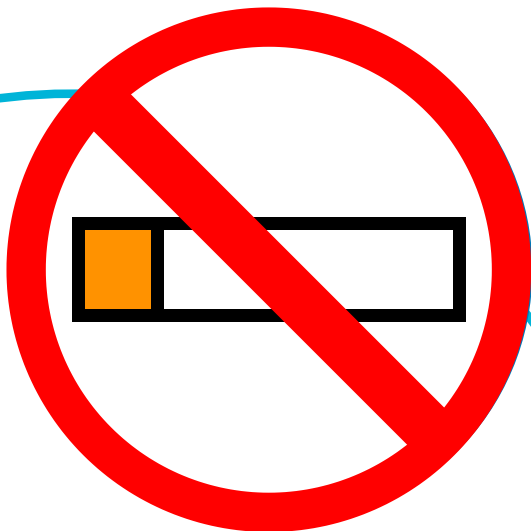


Visítanos

 **6023223232**

 www.psiquiatricocali.gov.co

 **calle 5 #80-00**



ANSIEDAD Y CONSUMO DE SPA





ANSIEDAD

La ansiedad es una reacción normal y saludable que se activa ante una amenaza o un peligro.



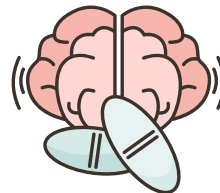
Se convierte en trastorno de ansiedad, cuando esta interfiere de forma continua y descontrolada en nuestra vida diaria.

cuidados para mejorar la ansiedad

- terapias complementarias.
- adherencia al tratamiento.
- descansar adecuadamente.
- fomentar la actividad física.
- alimentación saludable.



CONSUMO DE SPA

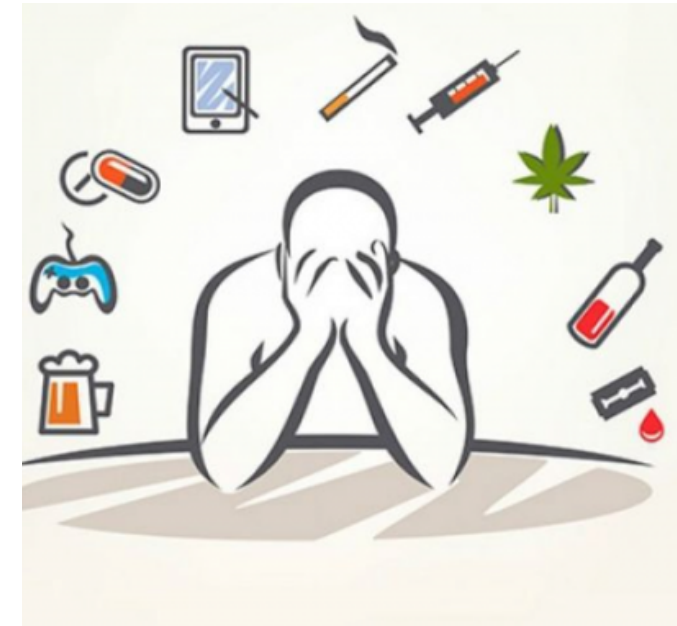


El consumo de sustancias psicoactivas como:

- El alcohol.
- Las drogas ilícitas ó.
- Los medicamentos recetados de manera inapropiada.

pueden tener una serie de consecuencias y efectos adversos.

consecuencias



- dependencia.
- agravamiento de trastornos.
- deterioro cognitivo.
- problemas emocionales y sociales.





EDUCACIÓN SOBRE LA DEPRESIÓN

La depresión es un trastorno mental caracterizado fundamentalmente por un bajo estado de ánimo y sentimientos de tristeza.

PRINCIPALES TIPOS

Trastorno depresivo mayor: Es el más característico y el que concentra la mayoría de síntomas.
Trastorno depresivo persistente: Se distingue por su cronicidad, la inestabilidad del humor.

SINTOMAS

- Tristeza
- La pérdida de interés
- La pérdida de capacidad de disfrutar
- Disminución de la vitalidad
- La irritabilidad
- Las ideas de muerte o de suicidio

TRATAMIENTO

- Psicoterapia
- Tratamiento farmacológico
- Tratamiento electroconvulsivo

10 CONSEJOS PARA AFRONTAR LA DEPRESIÓN

1. Habla y desahógate
2. No tomes decisiones precipitadas
3. Sé sincero
4. Piensa en positivo
5. No te encierres en ti mismo
6. Muévete
7. Come y duerme bien
8. Intenta evitar el estrés
9. No abuses del alcohol u otras drogas
10. Cumple el tratamiento médico.

RECOMENDACIONES PARA EL CUIDADO EN CASA

- Aprende acerca de los síntomas de la depresión.
- Promueve el tratamiento.
- Identifica los signos de advertencia de empeoramiento de la depresión.
- Presta atención a cualquier signo de advertencia de suicidio.
- Incentivar la comunicación y brindar apoyo.
- Los familiares deben tener cuidado también de no exigirse demasiado a sí mismos. Sólo si mantienen su buena salud, actividades y amigos pueden mantenerse lo bastante fuertes para apoyar al miembro enfermo de su familia.

Fecha: 9/10/23 Servicio / Proceso: Cursos Al ext-Vrg Competencias: SER SABER HACER 1 HACER 2 Duración: 2 horas

TEMAS

<p>Seguridad del paciente (Metas Institucionales)</p> <input type="checkbox"/> Identificar correctamente a los pacientes <input type="checkbox"/> Reducir el riesgo de caídas <input type="checkbox"/> Reducir el riesgo de infecciones asociadas con la atención. <input type="checkbox"/> Mejorar la seguridad en el uso de medicamentos <input type="checkbox"/> Mejorar a comunicación efectiva <input type="checkbox"/> Reducir los riesgos en trastornos mentales	<p>Nemotecnía A-E-I-O-U:</p> <input type="checkbox"/> A: Temas ADMINISTRATIVOS, incluidos los derechos durante la hospitalización y cuando egrese, servicios cubiertos y no cubiertos de acuerdo al POS, planes complementarios, copagos / cuotas moderadoras y acceso a medicamentos y tratamientos ambulatorio <input type="checkbox"/> E: Información para el adecuado manejo de EMERGENCIAS, rutas de evacuación, alarmas y ubicación de extintores <input type="checkbox"/> I: Información de los posibles INCIDENTES, eventos adversos, medidas de autocuidado y reporte de situaciones <input type="checkbox"/> O: OPORTUNIDAD de atención, donde se informa los tiempos de espera para la atención <input type="checkbox"/> U: UBICACIÓN del servicio, a todos los pacientes y familias se les se indica dónde estarán hospitalizado (Sala, habitación/ cubículo y entorno) o el número de consultorio y que psiquiatra será el tratante.	<p>Salud mental</p> <input type="checkbox"/> Factores de riesgo y protectores para la salud mental <input type="checkbox"/> Trastorno mental <input type="checkbox"/> Discapacidad mental <input type="checkbox"/> Derechos de las personas en el ámbito de la salud mental <input type="checkbox"/> Prevención del suicidio <input type="checkbox"/> Grupos de apoyo
<p>Humanización</p> <input type="checkbox"/> CER- CIR: Derechos y Deberes <input type="checkbox"/> NOD <input type="checkbox"/> Decálogo de Humanización <input type="checkbox"/> Reducción del estigma <input type="checkbox"/> Rutas de atención <input type="checkbox"/> Uso de buzón de Sugerencias	<input type="checkbox"/> Manejo de residuos hospitalarios <input type="checkbox"/> Uso seguro de tecnología	<p>Ruta Integral de Promoción y Mantenimiento de la salud</p> <input type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Primera Infancia (0-5 años) <input type="checkbox"/> Infancia (6 - 11 años) <input type="checkbox"/> Adolescencia (12 - 18 años) <input type="checkbox"/> Juventud (19 - 29 años) <input type="checkbox"/> Adultez (30- 59 años) <input type="checkbox"/> Persona Mayor (60 años o más) <input type="checkbox"/> Envejecimiento y vejez
<p>Enfermedades de interés en salud pública</p> <input type="checkbox"/> Dengue Otro: _____		

Otros: Educación sobre Ansiedad y consumo de spa

Nombre	Identificación	Tipo de Usuario				Firma
		Paciente	Familiar	Cuidador	Otro	
<u>Nubia Meneses G.</u>	<u>26565 817</u>	<input checked="" type="checkbox"/>				<u>Nubia Meneses G.</u>
<u>Heiny Magaly losada</u>	<u>11 44 198953</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Heiny Magaly losada</u>
<u>Daniel Celis B.</u>	<u>1053777376</u>				<input checked="" type="checkbox"/>	<u>Daniel Celis B.</u>
<u>Esther Julia Delgado</u>	<u>3177525</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Esther D.</u>
<u>Marlene Queiroz Oballe</u>	<u>31448.355</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Marlene Queiroz Oballe</u>
<u>Marta Leticia Collares</u>	<u>10557064</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Marta Leticia Collares</u>
<u>Mora Nelly con doña</u>	<u>31.240.022</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Mora Nelly con doña</u>
<u>Yelis Karina Casada Posero</u>	<u>1193510114</u>				<input checked="" type="checkbox"/>	<u>Yelis Posero</u>
<u>Sandra Araya</u>	<u>38 879760</u>	<input checked="" type="checkbox"/>				<u>Sandra Araya</u>
<u>Luis Juan de Valentin</u>	<u>109772067</u>				<input checked="" type="checkbox"/>	<u>Luis Juan de Valentin</u>
<u>Edmundo</u>	<u>34574979</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Edmundo</u>
<u>Violeta Orrego</u>	<u>1089602973</u>	<input checked="" type="checkbox"/>				<u>Violeta Orrego</u>



ASISTENCIA A ACTIVIDADES EDUCATIVAS

Fecha: 19/10/20

Servicio / Proceso: Consult ext
urgencias

Competencias: SER SABER HACER 1 HACER 2

Duración: 2 horas

TEMAS

Seguridad del paciente (Metas Institucionales)

- Identificar correctamente a los pacientes
- Reducir el riesgo de caídas
- Reducir el riesgo de infecciones asociadas con la atención.
- Mejorar la seguridad en el uso de medicamentos
- Mejorar a comunicación efectiva
- Reducir los riesgos en trastornos mentales

Humanización

- CER- CIR: Derechos y Deberes
- NOD
- Decálogo de Humanización
- Reducción del estigma
- Rutas de atención
- Uso de buzón de Sugerencias

Enfermedades de interés en salud pública

- Dengue
- Otro:

Nemotecnia A-E-I-O-U:

- A: Temas ADMINISTRATIVOS, incluidos los derechos durante la hospitalización y cuando egrese, servicios cubiertos y no cubiertos de acuerdo al POS, planes complementarios, copagos / cuotas moderadoras y acceso a medicamentos y tratamientos ambulatorio
- E: Información para el adecuado manejo de EMERGENCIAS, rutas de evacuación, alarmas y ubicación de extintores
- I: Información de los posibles INCIDENTES, eventos adversos, medidas de autocuidado y reporte de situaciones anormales
- O: OPORTUNIDAD de atención, donde se informa los tiempos de espera para la atención
- U: UBICACIÓN del servicio, a todos los pacientes y familias se les se indica dónde estarán hospitalizado (Sala, habitación/ cubículo y entorno) o el número de consultorio y que psiquiatra será el tratante.
- Manejo de residuos hospitalarios
- Uso seguro de tecnología

Salud mental

- Factores de riesgo y protectores para la salud mental
- Trastorno mental
- Discapacidad mental
- Derechos de las personas en el ámbito de la salud mental
- Prevención del suicidio
- Grupos de apoyo

Ruta Integral de Promoción y Mantenimiento de la salud

- Familia
- Primera Infancia (0-5 años)
- Infancia (6 - 11 años)
- Adolescencia (12 - 18 años)
- Juventud (19 - 29 años)
- Adulthood (30- 59 años)
- Persona Mayor (60 años o más)
- Envejecimiento y vejez

Otros: Educación sobre Ansiedad y consumo de SPA.

Nombre	Identificación	Tipo de Usuario				Firma
		Paciente	Familiar	Cuidador	Otro	
Marcela Valencia M	31574058		X			
Juz Marino Morley B	38'999748		X			
Alvaro Gomez	14948974	X				
Andrés Felipe Lopez B	94582241				X	
STEVEN ANACONA	1143.950.094	X				
Alexander Ramos	10071057799	X				
Edi Alvarez	1113527285	X			X	
maria johanna O.	25530692		X			
Orta Romero	38991818	X				
Rosalba uzumbaga Carabal	34 515 700		X			
Yuliana Ramos	1007106959				X	
CARLOS LOPEZ	16 650265				X	
Cecilia Banguero Leoso	34506178		X			



Fecha: 07/09/23 Servicio / Proceso: consulta externa urgencias Competencias: SER SABER HACER 1 HACER 2 Duración: 3 horas

TEMAS

<p>Seguridad del paciente (Metas Institucionales)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Identificar correctamente a los pacientes <input type="checkbox"/> Reducir el riesgo de caídas <input type="checkbox"/> Reducir el riesgo de infecciones asociadas con la atención. <input type="checkbox"/> Mejorar la seguridad en el uso de medicamentos <input type="checkbox"/> Mejorar a comunicación efectiva <input type="checkbox"/> Reducir los riesgos en trastornos mentales 	<p>Nemotecnia A-E-I-O-U:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> A: Temas <u>ADMINISTRATIVOS</u>, incluidos los derechos durante la hospitalización y cuando egrese, servicios cubiertos y no cubiertos de acuerdo al POS, planes complementarios, copagos / cuotas moderadoras y acceso a medicamentos y tratamientos ambulatorio <input type="checkbox"/> E: Información para el adecuado manejo de <u>EMERGENCIAS</u>, rutas de evacuación, alarmas y ubicación de extintores <input type="checkbox"/> I: Información de los posibles <u>INCIDENTES</u>, eventos adversos, medidas de autocuidado y reporte de situaciones anormales <input type="checkbox"/> O: <u>OPORTUNIDAD</u> de atención, donde se informa los tiempos de espera para la atención <input type="checkbox"/> U: <u>UBICACIÓN</u> del servicio, a todos los pacientes y familias se les se indica dónde estarán hospitalizado (Sala, habitación/ cubículo y entorno) o el número de consultorio y que psiquiatra será el tratante. 	<p>Salud mental</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Factores de riesgo y protectores para la salud mental <input checked="" type="checkbox"/> Trastorno mental <input type="checkbox"/> Discapacidad mental <input type="checkbox"/> Derechos de las personas en el ámbito de la salud mental <input checked="" type="checkbox"/> Prevención del suicidio <input type="checkbox"/> Grupos de apoyo
<p>Humanización</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> CER- CIR: Derechos y Deberes <input type="checkbox"/> NOD <input type="checkbox"/> Decálogo de Humanización <input type="checkbox"/> Reducción del estigma <input type="checkbox"/> Rutas de atención <input type="checkbox"/> Uso de buzón de Sugerencias 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Manejo de residuos hospitalarios <input type="checkbox"/> Uso seguro de tecnología 	<p>Ruta Integral de Promoción y Mantenimiento de la salud</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Primera Infancia (0-5 años) <input type="checkbox"/> Infancia (6 - 11 años) <input type="checkbox"/> Adolescencia (12 - 18 años) <input type="checkbox"/> Juventud (19 - 29 años) <input type="checkbox"/> Adultez (30- 59 años) <input type="checkbox"/> Persona Mayor (60 años o más) <input type="checkbox"/> Envejecimiento y vejez
<p>Enfermedades de interés en salud pública</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Dengue Otro: _____ 		

Otros: charla educativa sobre la depresión

Nombre	Identificación	Tipo de Usuario				Firma
		Paciente	Familiar	Cuidado r	Otro	
William Ramos rivera	1007106959	X				
Eniga Ramirez	1143969198			X		E. Ramirez
Gloria Amparo Castillo	66706433		X			Gloria
Araely Dawson	29723142	X				Araely Dawson
Katherine Penavides	1143865473		X			Katherine AFB
Jose Eliecer Urresti	197385923	X				
Rubien Sanchez	4.664794			X		Rubien Sanchez
Ami Pomme	1.114830.210		X			Ami Pomme
Jorge E. Upayan	16-256754 PV		X			

Fecha: 07-09-23 Servicio / Proceso: Consulta externa Urgencias Competencias: SER SABER HACER 1 HACER 2 Duración: 3hor

TEMAS

<p>Seguridad del paciente (Metas Institucionales)</p> <input type="checkbox"/> Identificar correctamente a los pacientes <input type="checkbox"/> Reducir el riesgo de caídas <input type="checkbox"/> Reducir el riesgo de infecciones asociadas con la atención. <input type="checkbox"/> Mejorar la seguridad en el uso de medicamentos <input type="checkbox"/> Mejorar a comunicación efectiva <input type="checkbox"/> Reducir los riesgos en trastornos mentales	<p>Nemotecnia A-E-I-O-U:</p> <input type="checkbox"/> A: Temas <u>ADMINISTRATIVOS</u> , incluidos los derechos durante la hospitalización y cuando egrese, servicios cubiertos y no cubiertos de acuerdo al POS, planes complementarios, copagos / cuotas moderadoras y acceso a medicamentos y tratamientos ambulatorio <input type="checkbox"/> E: Información para el adecuado manejo de <u>EMERGENCIAS</u> , rutas de evacuación, alarmas y ubicación de extintores <input type="checkbox"/> I: Información de los posibles <u>INCIDENTES</u> , eventos adversos, medidas de autocuidado y reporte de situaciones anormales <input type="checkbox"/> O: <u>OPORTUNIDAD</u> de atención, donde se informa los tiempos de espera para la atención <input type="checkbox"/> U: <u>UBICACIÓN</u> del servicio, a todos los pacientes y familias se les se indica dónde estarán hospitalizado (Sala, habitación/ cubículo y entorno) o el número de consultorio y que psiquiatra será el tratante. <input type="checkbox"/> Manejo de residuos hospitalarios <input type="checkbox"/> Uso seguro de tecnología	<p>Salud mental</p> <input type="checkbox"/> Factores de riesgo y protectores para la salud mental <input checked="" type="checkbox"/> Trastorno mental <input type="checkbox"/> Discapacidad mental <input type="checkbox"/> Derechos de las personas en el ámbito de la salud mental <input checked="" type="checkbox"/> Prevención del suicidio <input type="checkbox"/> Grupos de apoyo
<p>Humanización</p> <input type="checkbox"/> CER- CIR: Derechos y Deberes <input type="checkbox"/> NOD <input type="checkbox"/> Decálogo de Humanización <input type="checkbox"/> Reducción del estigma <input type="checkbox"/> Rutas de atención <input type="checkbox"/> Uso de buzón de Sugerencias		<p>Ruta Integral de Promoción y Mantenimiento de la salud</p> <input type="checkbox"/> Familia <input type="checkbox"/> Primera Infancia (0-5 años) <input type="checkbox"/> Infancia (6 - 11 años) <input type="checkbox"/> Adolescencia (12 - 18 años) <input type="checkbox"/> Juventud (19 - 29 años) <input type="checkbox"/> Adultez (30- 59 años) <input type="checkbox"/> Persona Mayor (60 años o más) <input type="checkbox"/> Envejecimiento y vejez
<p>Enfermedades de interés en salud pública</p> <input type="checkbox"/> Dengue Otro: _____		

Otros: Charla educativa sobre la depresión

Nombre	Identificación	Tipo de Usuario				Firma
		Paciente	Familiar	Cuidado	Otro	
<u>Mauricio Upegui</u>	<u>1143 840 371</u>	<input checked="" type="checkbox"/>				<u>Mauricio Upegui</u>
<u>Lennison Arteaga Orozco</u>	<u>1.113.641.954</u>	<input checked="" type="checkbox"/>				<u>Lennison Arteaga Orozco</u>
<u>Kelly Vanessa Luna</u>	<u>114 1205441</u>				<input checked="" type="checkbox"/>	<u>Kelly Vanessa Luna</u>
<u>Miguel Sebastian Merjús</u>	<u>1007139785</u>		<input checked="" type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<u>Miguel Sebastian Merjús</u>
<u>Elizabeth Maya</u>	<u>1143841064</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Elizabeth Maya</u>
<u>Eliana Vargas</u>	<u>1009347072</u>	<input checked="" type="checkbox"/>				<u>Eliana Vargas</u>
<u>Nancy Cordoba</u>	<u>29 346707</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Nancy Cordoba</u>
<u>Ascar Zambrano</u>	<u>99.470236</u>		<input checked="" type="checkbox"/>			<u>Ascar Zambrano</u>
<u>Violeta De los Cruz</u>	<u>1.114.320.021</u>			<input checked="" type="checkbox"/>		<u>Violeta De los Cruz</u>