

ENTÉRATE CON ENDOSALUD

Boletín de usuarios N° 3/ Agosto del 2021.

 **CONTÁCTANOS:**

seguridaddelpaciente@endosaluddeoccidente.com





Línea de atención: 318-797-1292 / (2) 489 - 2692 EXT 111.

¡Beneficios del arte en los adultos mayores!



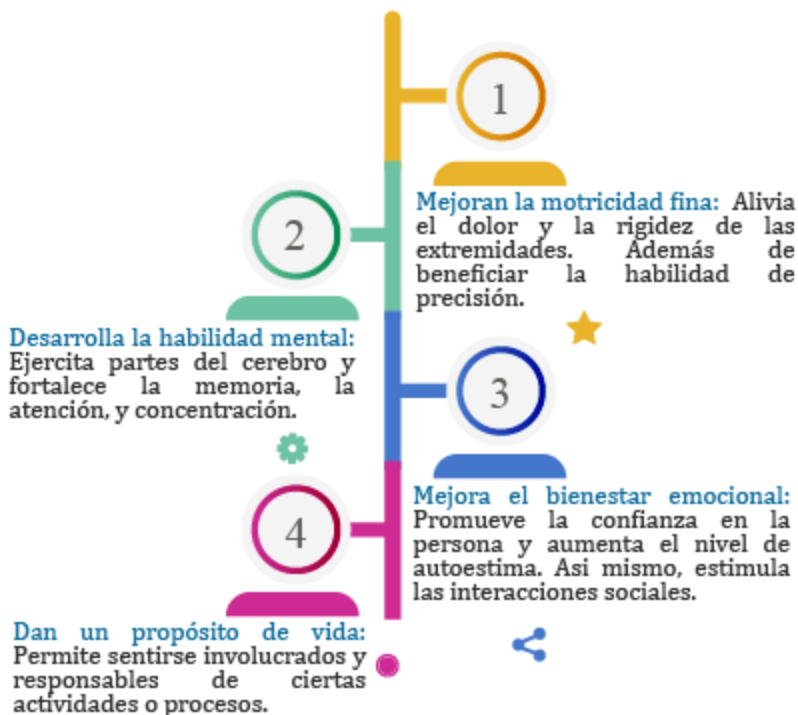
Con el paso de los años, las habilidades motoras y cognitivas de las personas van perdiendo agilidad de una forma progresiva. Entre las actividades o pasatiempos a desarrollar para evitar este deterioro podemos encontrar:



-  **Pintura:** En libros, lienzos, acrílico, cerámica, entre otros.
-  **Expresiones artísticas:** Canto, danza e instrumentos musicales.
-  **Juegos mentales:** Sopas de letras, sodokus y crucigramas.
-  **Manualidades:** Tejer y diseños decorativos para el hogar.

¡Emplear tiempo en actividades lúdicas y mentales ayudan a prevenir enfermedades motoras y cognitivas que pueden ir apareciendo a medida que aumenta la edad !

¡Beneficios del arte en los adultos mayores!



¡Las actividades mencionadas ayudan a reforzar cualidades como la paciencia, creatividad, movilidad y el orden!

¿Cómo manejar una crisis hipertensiva y diabética?



¿Qué es una urgencia hipertensiva?

Es la elevación de la presión arterial en un paciente asintomático o con síntomas inespecíficos, con afectación leve o moderada de los órganos diana (cerebro, corazón, sistema vascular).



Cómo tratarla:

Son controladas con un fármaco vía oral que se determina de acuerdo a la patología asociada al paciente. Las urgencias no necesariamente son controladas en hospitales, a menos que la persona no responda al tratamiento.



Cómo tratarla:

Debe ser tratado en un medio hospitalario para implementar antihipertensivos intravenosos que logre que los valores tensionales no superen el 20% durante la primera hora.

¿Qué es una emergencia hipertensiva?



Es la elevación aguda de la presión arterial, que se acompaña de alteraciones orgánicas graves con riesgo de lesión irreversible, que comprometen la vida del paciente.

¿Cómo manejar una crisis hipertensiva y diabética?



¿Qué es una crisis diabética?

Es la descompensación aguda en los niveles de la glucosa, es decir elevación o disminución de los niveles de azúcar en sangre por encima o por debajo de las metas de control. Las complicaciones agudas son:

- ▶ Hipoglucemia (Glucosa en sangre por debajo de 70 mg/dl).
- ▶ Hiperglicemia (Glucosa en sangre mayor de 180 mg/dl).

Cómo tratarla:

“ En cualquiera de las dos condiciones se debe actuar de manera inmediata.”

Si la persona esta inconsciente, debe ser tratada bajo supervisión médica, sobre una base de emergencia.

Si la persona esta consciente, la administración del azúcar o sustancias azucaradas se les recomienda.

Después de suministrar la dosis de azúcar, los parámetros vitales de la persona deben ser vigilados para determinar cualquier empeoramiento del caso.

Bajo ninguna circunstancia, la insulina u otros medicamentos deben ser suministrados sin supervisión médica. Si la persona no presenta mejoría se debe llevar a urgencias inmediatamente.



Por: Dr. Luis Fernando Lenis.
Subgerente médico científico - Endosalud de Occidente.

Síntomas de alerta que impiden una buena salud mental...

Muchos de los pacientes con Enfermedades Crónicas son más propensos a abandonar los tratamientos médicos y no seguir las recomendaciones que se necesitan para cuidar su salud.

Si eres paciente, familiar o cuidador, es primordial identificar los signos o síntomas alerta para tomar las medidas pertinentes y tratar con un profesional de la salud.

IDENTIFICA las alertas

1. Cambios en los horarios de sueño.
2. Pérdida del apetito.
3. Episodios de mal humor e ira.
4. Exceso de aislamiento.
5. Expresiones de negación e inutilidad.

Conoce algunos de tus derechos como paciente...

- ★ A que la historia clínica sea tratada de manera confidencial y reservada y que únicamente pueda ser conocida por terceros, previa autorización del paciente o en los casos previstos en la ley, y a poder consultar la totalidad de su historia clínica en forma gratuita y a obtener copia de la misma.
- ★ A que se le preste durante todo el proceso de la enfermedad, asistencia de calidad por trabajadores de la salud debidamente capacitados y autorizados para ejercer.
- ★ A la provisión y acceso oportuno a las tecnologías y a los medicamentos requeridos.

Conoce algunos de tus deberes como paciente...

- ★ Usar adecuada y racionalmente las prestaciones ofrecidas, así como los recursos del sistema.
- ★ Cumplir las normas del sistema de salud.

