



POLICÍA NACIONAL
DIRECCIÓN DE SANIDAD



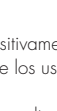
POLICIA NACIONAL
SEGURIDAD SOCIAL

Informativo

Frecuencia Saludable

- ★ Editorial
- ★ Momentos saludables
- ★ En cifras
- ★ Así avanzamos
- ★ Tips saludables
- ★ Estemos al día

EDICIÓN No. 2 / MAYO/2019



Editorial

La Dirección de Sanidad viene desarrollando una serie de iniciativas estratégicas enfocadas a dar soluciones efectivas frente a las necesidades de salud de sus 618.401 usuarios, que gracias al seguimiento y control están generando resultados que ya impactan positivamente en la dinamización de los servicios y la satisfacción de los usuarios y beneficiarios.

Es importante resaltar que, si bien se han estructurado acciones tendientes al mejoramiento, es necesario contar con el compromiso de nuestros usuarios en el sentido de hacer un uso razonable de los servicios de salud, teniendo en cuenta que la salud es una corresponsabilidad.

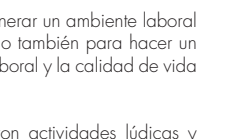
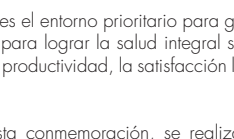
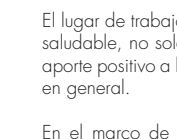
Invitamos a nuestros lectores a incorporar en su diario vivir acciones que contribuyan al mantenimiento de su salud, a que sean portavoces de un mensaje de consciencia sobre el autocuidado desde un enfoque de prevención en salud.

Brigadier General JULIETTE GIOMAR KURE PARRA
Directora de Sanidad

Momentos saludables

Día Mundial

de la Seguridad y la Salud en el Trabajo (STT)



El 28 de abril se celebra mundialmente el día de la SST, cuyo objetivo principal es promover la prevención de los accidentes de trabajo y las enfermedades laborales a través de la concientización sobre la importancia de incorporar una cultura de la seguridad y la salud, tendiente a reducir el número de muertes y lesiones relacionadas con el trabajo.

El lugar de trabajo es el entorno prioritario para generar un ambiente laboral saludable, no solo para lograr la salud integral sino también para hacer un aporte positivo a la productividad, la satisfacción laboral y la calidad de vida en general.

En el marco de esta conmemoración, se realizaron actividades lúdicas y artísticas a nivel individual y grupal en los centros de trabajo de Sanidad, haciendo uso de metodologías pedagógicas, que permitieron la participación activa de los funcionarios, promoviendo comportamientos positivos en relación a la prevención de los accidentes de trabajo y enfermedades laborales.

Es importante que durante su jornada laboral realice pausas activas, que son breves descansos y sirven para recuperar energía, mejorar el desempeño y eficiencia en el trabajo, a través de diferentes técnicas y ejercicios que ayudan a reducir la fatiga laboral, trastornos osteomusculares y prevenir el estrés.

Todas las personas que realicen una labor continua por 2 horas o más; trabajos de oficina, trabajos que impliquen postura bípida o de pie, o aquella que dedique más de 3 horas continuas de su tiempo a una sola labor, debe parar un momento y realizar una pausa por el bienestar de su salud física y salud mental.

En Cifras

Nuevo servicio para controlar la inasistencia a citas médicas



En la pasada edición presentamos a nuestros usuarios el nuevo servicio de recordatorio de citas médicas a través de casillas de correos electrónicos y en el caso específico de Bogotá y Cundinamarca a través de mensajes de texto a celulares, el cual se creó para disminuir la inasistencia a las citas médicas. En esta oportunidad les contamos que se ha implementado una nueva estrategia que viene dando buenos resultados frente a la inasistencia a citas médicas.

Se trata del servicio de llamada telefónica de recordatorio de citas la cual se realiza con 24 horas de anticipación, durante la llamada el usuario tiene la opción de confirmar su asistencia o cancelarla para permitir que sea asignada a otro usuario.

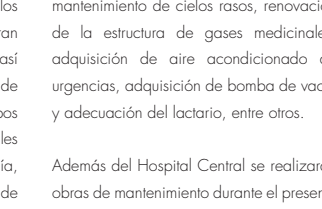
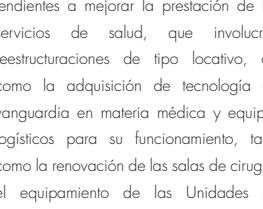
Con este servicio que aplica a nivel nacional, entre el 22 de abril y el 26 de mayo se realizaron 126.419 llamadas de recordatorio, de las cuales se cancelaron 7.368 y fue posible reasignar 6.173. Esto quiere decir que el 84% de las citas que habrían podido presentar inasistencia fueron reasignadas y se dio oportunidad a otros usuarios a acceder a nuevas citas, lo que muestra un impacto positivo frente a la problemática de inasistencia. Las citas que no pudieron ser asignadas, se debió a que no fueron canceladas oportunamente.

De esta forma estamos disminuyendo la demanda insatisfecha y generamos mayor cantidad de atenciones médicas, pero disminuir las inasistencias a citas médicas, es una tarea que requiere del compromiso de todos, teniendo en cuenta que durante el año 2018 se presentaron 226.984 inasistencias a citas por parte de los usuarios, lo que le representó a Sanidad un costo superior a los \$2.110 millones de pesos.



Cancele su cita médica con **24 horas** de antelación, así permite a otro usuario hacer uso de la misma.

Así avanzamos...



Fortalecimiento de instalaciones de salud

El Hospital Central de la Policía Nacional (HOCEN) ha venido realizando inversiones tendientes a mejorar la prestación de los servicios de salud, que involucren reestructuraciones de tipo locativo, así como la adquisición de tecnología de vanguardia en materia médica y equipos logísticos para su funcionamiento, tales como la renovación de las salas de cirugía, el equipamiento de las Unidades de Cuidado Intensivo adulto y Pediátrico.

De igual forma se viene trabajando en la renovación de cableado estructurado, redes hidrosanitarias, adecuación del área de medicina nuclear, mantenimiento a

puertas, paredes, remodelación de baños, impermeabilización de los techos, mantenimiento de cielos rasos, renovación de la estructura de gases medicinales, adquisición de aire acondicionado de urgencias, adquisición de bomba de vacío y adecuación del lactario, entre otros.

Además del Hospital Central se realizarán obras de mantenimiento durante el presente año a la Clínica Regional del Caribe, Clínica del Valle de Aburrá y Clínica Regional de Oriente. En la Clínica Nuestra Señora de Fátima se harán trabajos de pavimentación para mejorar las condiciones de acceso.

Tips saludables

La Leishmaniasis evite y prevenga

La Leishmaniasis es una enfermedad causada por la picadura de un mosquito (Lutzomyia) y las manifestaciones clínicas de la enfermedad van desde úlceras cutáneas y mucosas hasta formas fatales como la inflamación grave del hígado y del bazo.

En la Población policial, afecta mayormente a los uniformados que realizan tareas de erradicación manual de cultivos ilícitos y a quienes residen o visitan zonas como San José del Guaviare, el Catatumbo, Tumaco y Cauca.

Para evitar el contagio por picadura, siga estas recomendaciones:

- Use adecuadamente el uniforme de manga larga.
- Recuerde que la mayoría de picaduras se presentan entre las **4:00 p.m. y las 6:00 p.m.**
- Use toldillos impregnados con insecticida de larga duración y angeos en estaciones y comandos de policía de las áreas endémicas.
- Use adecuadamente el repelente (preferiblemente que contenga Dietiltoluamida DEET o IR3535), en las frecuencias necesarias de acuerdo a la sudoración y humedad del sitio.
- Toda lesión en piel que tenga costra o úlcera, con más de 30 días debe ser consultada al médico haciendo referencia que estuvo en zonas endémicas, tropicales o de erradicación de cultivos.

Tenga en cuenta que prevenir es la clave. El tratamiento puede ocasionar efectos secundarios, afectar su calidad de vida o incluso ocasionar la muerte.

Estemos al día

- Para crecer sanos, los niños tienen que pasar menos tiempo sentados y jugar más
<https://www.who.int/es/newsroom/data/24042019to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more>
- Salud mental, una de las prioridades en salud pública
<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-una-de-las-prioridades-en-salud-publica.aspx>
- Lactancia materna reduce hasta un 25 % el riesgo de que un niño sea obeso
<https://www.elseparador.com/noticias/salud/lactancia-materna-reduce-hasta-un-25-el-riesgo-de-que-un-nino-sea-obeso-articulo-853360>
- Día mundial sin tabaco 2019 - tabaco y salud pulmonar
<http://www.who.int/es/newsroom/qa/2019/05/31/del-tabaco-y-salud-pulmonar>

Dirección de Sanidad
Comunicaciones Estratégicas