

Voces Saludables

Julio- septiembre 2021



2 Nueva central de citas a través de nuestra página web. +

7 Fibrosis Quística - 10 años y algo más...

13 Conoce nuestra Duppy Tienda.

10 Clínica de la Memoria, la salud mental como prioridad.





Nueva central de citas a través de nuestra página web.

Nuestro Hospital evoluciona **y se transforma...**
Ahora **agendar tu cita** será más fácil, rápido
y a un clic 



www.hospitalinfantildesanjose.org.co

A **partir de este 1 de agosto** de 2021, la asignación de citas será solo a través de nuestra página web.
¿Tienes dudas? te apoyaremos a través de chat virtual y asistencia telefónica. **Solicita tus citas médicas desde cualquier lugar del país.**

¿Estás listo? Nosotros estamos preparados para la **transformación digital.**

www.hospitalinfantildesanjose.org.co

Manos cálidas y confiables.



Sigue estos pasos para programar tu cita



Antes de programar tu cita

- Debes dirigirte a nuestro sitio web www.hospitalinfantildesanjose.org.co
- O en el navegador de preferencia escribes: **Hospital Infantil Universitario de San José**

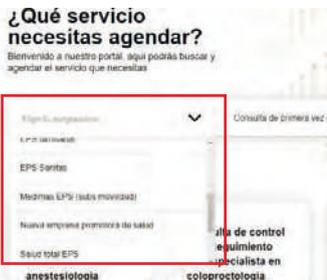
- Una vez en el sitio web haces clic en el botón superior derecho **"Citas médicas"**



Paso 1

- **Selecciona tu aseguradora**, EPS o convenio con el plan correspondiente

- Selecciona nombre del servicio o especialidad, el agendador te mostrará los servicios que se encuentran habilitados según el convenio
- Luego da clic en el botón **"Buscar"**.





Paso 2

- Puedes seleccionar un profesional específico o ver la disponibilidad de todos, escoge fecha y hora, el agendador te mostrará las citas más cercanas
- Una vez seleccionada la fecha y hora puedes hacer clic en el botón **"Siguiente"**. ↓

Paso 3

- Regístrate por medio del formulario en el enlace **"Regístrate aquí"** (la contraseña debe tener más de 6 caracteres), o a través de tu perfil de Facebook o Google.

No olvides tu contraseña para próximo ingreso. ↓

- Una vez creaste tu registro, puedes hacer clic en el botón **"Regístrarme"** al final del formulario ↓



EN NUESTRO HOSPITAL

Paso 4

- Una vez registrado, podrás ver el resumen de tu cita: médico, fecha, hora y tus datos. →
- Confirma la información haciendo clic en el botón “Sí”, y luego en el botón “Listo”. →

Paso 5

¡Ya casi acabas!

- Se desplegará una lista con las preparaciones, alertas y condiciones para que tengas en cuenta antes de tu cita.
- Haz clic en el recuadro de “He leído” y luego en el botón “Listo”.

¡Listo!



Una vez programaste tu cita recibirás un correo electrónico y un mensaje de texto al celular con la notificación y el resumen de tu cita médica.

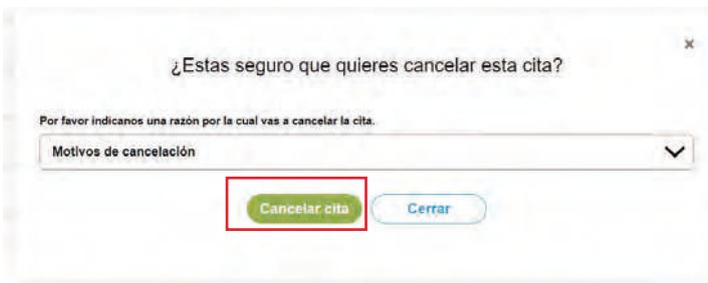


Cancelación de citas

• Para cancelar o reprogramar tu cita, debes ingresar al sistema nuevamente, dar clic en el enlace superior derecho **“Tu perfil”**. Y seleccionar el botón **“Cancelar”** o **“Reprogramar”** → (regresa al paso 4) según corresponda.



• Para cancelar la cita debes indicar el motivo de cancelación y dar clic en el botón **“Cancelar cita”**.



Recibirás un correo electrónico y un mensaje de texto al celular con la notificación.



<https://www.youtube.com/watch?v=v1bIOAUghv0v>
A través de este video te explicamos cómo solicitar tus citas fácil, rápido y tan solo a un clic.





Centro Integral De Fibrosis Quística del Hospital Infantil Universitario de San José

Por: Dra. Catalina Vázquez – Coordinadora de Centro Integral de Fibrosis Quística.

10 años y algo más...



Dra. Catalina Vázquez – Neumóloga Pediatra, Directora de la Clínica de Integral de Fibrosis Quística

El recorrido para llegar al punto donde nos encontramos ha sido largo: en primer lugar, la motivación para trabajar en fibrosis quística nació durante mi formación en neumología pediátrica en el Hospital Santa Clara, cuando nos conmovían las múltiples necesidades de los pacientes afectados y sus familias pues **en ese momento no se contaba con los avances actuales.**

Con mucho dolor veíamos a los pacientes partir tempranamente, generándonos la sensación de querer hacer más por ellos y sus familias. Afiancé este sentimiento cuando, al final de mi formación, tuve la oportunidad de rotar en el magnífico Centro Respiratorio de la Universidad de Arizona en Tucson Estados Unidos, liderado el Doctor Fernando Martínez, en donde pude apreciar la diferencia en la evolución de esta enfermedad



en los países desarrollados, especialmente en el aspecto nutricional, que permitía una mayor sobrevida, experiencia que **me llevó a proponerme trabajar por estos pacientes.**

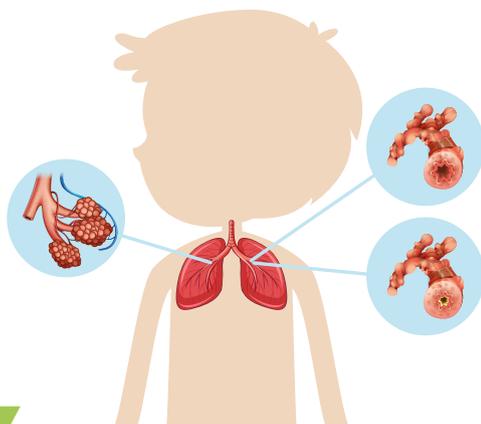
Al finalizar mi formación, inicié mi vida laboral en la Clínica del Niño del que era en ese momento la única clínica Pediátrica del Seguro Social, a donde convergían todos los pacientes con patologías congénitas, que no eran cubiertos la medicina privada, incluyendo los pacientes con fibrosis quística. Conformamos un equipo para su atención con varios profesionales muy comprometidos, entre quienes debo destacar al Dr. Wilson Daza, Gastroenterólogo Pediatra. Se logró brindar una muy buena atención a este grupo de pacientes hasta el 2008, cuando la liquidación del ISS ocasionó la dispersión del recurso humano y de los pacientes que quedaron a la deriva.

Surgió entonces la necesidad de establecer **un Centro de Atención Integral**, presionada por los pacientes y sus fundaciones, en particular la liderada por Marta Herrera, que sumadas a la voluntad de la Nueva EPS presidida por el Dr. José Fernando Cardona Uribe y de la directora del Hospital Infantil Universitario San José, la Dra. Laima Lucía Didziulis, con el apoyo del Ministro de Salud de entonces el Dr. Diego Palacio, me comprometieron a replicar nuestra experiencia de la Clínica del Niño, iniciando la atención de estos pacientes en marzo de 2010.

Ha sido una tarea ardua, no obstante, la experiencia por los cambios substanciales en la forma de contratación del talento humano, de la EPS y de la Institución, hicieron que empezar de nuevo constituyera todo un reto.

a pacientes adultos y niños, y a sus familias, interviniendo sus múltiples necesidades, superando las barreras de atención y manejo en coordinación y comunicación con las aseguradoras aliadas, intentando aliviar las cargas que supone llevar esta condición huérfana y mejorar su calidad de vida. Esta aproximación holística aborda no sólo los problemas de salud, sino los requerimientos sociales y emocionales.

Actualmente se atienden 76 pacientes que, organizados por grupos de edad, y de acuerdo con una agenda realizada al inicio de cada año, son atendidos trimestralmente, en una sola jornada por neumología, nutrición, gastroenterología, terapia respiratoria, psicología y trabajo social, al final de la cual se efectúa una junta médica. Quisiera destacar la labor de nuestra coordinadora, la Terapeuta respiratoria Martha Gantivar quien, entre otras funciones, realiza el empalme entre los profesionales, la Institución, las EPS y los pacientes y quien con su calidez y profesionalismo ha sido un apoyo invaluable para el sostenimiento de este logro.





EN NUESTRO HOSPITAL



Facebook Live realizado con los pacientes y sus familias.

No puedo dejar de mencionar el apoyo incondicional de los padres, con el liderazgo de Rocío Garzón, que ha sido fundamental para detectar, transmitir y colaborar en la resolución de problemas que van surgiendo. Rocío, con una bondad inmensa y fortaleza increíble, ha continuado en esta labor con el mejor ánimo de ayudar a quienes considera hoy su familia FO, aún después de haber visto partir a sus 2 hijos, quienes como todos los pacientes que se han ido al cielo, conforman un bello grupo de ángeles que mantenemos vivos en nuestro

corazón. No ha sido fácil, pero enfrentando los múltiples obstáculos y dificultades hemos logrado cumplir esta labor, que, si bien siempre tendrá oportunidades de mejorar, ha logrado brindar alivio a este grupo de familias.

Continuaremos con nuestro mejor esfuerzo, “inspirados en su respirar” para que se continúe esta labor, con el apoyo de cada vez más personas que se interesen por esta causa.

Mis agradecimientos a los profesionales que me han acompañado en esta tarea y a las directivas de la Institución, la Junta Directiva y la FUCS quienes siempre nos han brindado su apoyo.



Clínica de la Memoria del Hospital Infantil Universitario de San José

Por: Dra. Olga Lucía Pedraza – Coordinadora Clínica de la Memoria.

La salud mental como una prioridad



El cuidado de la salud mental requiere de la orientación de un equipo interdisciplinar de profesionales de la salud, para ello nosotros contamos con la Clínica de la Memoria un servicio dirigido por nuestra experta, la Dra. Olga Pedraza - Neuróloga, quién nos contará todo sobre este servicio y la importancia del cuidado de la salud mental.

¿Qué es la Clínica de Memoria?

Es el trabajo de **evaluación, diagnóstico y recomendaciones realizado por un grupo interdisciplinario de especialistas** en neurología, psiquiatría y neuropsicología, del estado de la memoria, lenguaje, afecto, comportamiento y

demás funciones intelectuales de los adultos que consultan por cambios a este nivel.

El grupo está conformado por especialistas en neurología, psiquiatría y neuropsicología con más de 20 años de experiencia en evaluación y manejo de estas funciones intelectuales y las patologías que las afectan.



EN NUESTRO HOSPITAL



Dra. Olga Pedraza – Coordinadora Clínica de la Memoria.

La importancia de la prevención:

Sabemos que cada vez más nuestra sociedad envejece y Colombia no es la excepción.

La expectativa de vida en Colombia está alrededor de 80 años para las mujeres y 74 años en los hombres. Esto se acompaña de patologías de la vejez entre las cuales las demencias, en especial la demencia de tipo Alzheimer, aparecen como unas de las más frecuentes.

Las personas mayores de 60 años (aunque se puede observar en menores de esta edad), en sus cambios de envejecimiento pueden percibir problemas de memoria reciente (olvidos de hechos o eventos vividos u ocurridos recientemente). Si el adulto o su familiar perciben estos cambios como algo preocupante (por su frecuencia o características, o porque está afectando su funcionamiento habitual) deben consultar.

Si se perciben dificultades de memoria o para expresar las ideas, cambios súbitos de afecto (tristeza recurrente, apatía, irritabilidad) o comportamientos extraños se debe consultar.

Envejecer con calidad de vida, previniendo, retardando o protegiéndonos de estos cambios es una responsabilidad de cada uno consigo mismo.

Esta responsabilidad implica que el adulto realice de manera regular actividad física preferiblemente cardiovascular (caminar, trotar, bicideta, caminadora, elíptica, ejercicios aeróbicos, nadar etc..) diariamente durante 30 a 60 minutos, mantener un sueño y alimentación sanas, controlando sus factores de riesgo cardiovascular. Se debe mantener una actividad intelectual estimulante (lecturas, cursos, aprender nuevos idiomas, instrumentos, canto, practicar un arte, trabajar en apoyo de obras sociales etc..) y se deben fortalecer los vínculos afectivos y estimularse participando en actividades de integración social gratificantes.

En la Clínica de Memoria del Hospital Infantil Universitario de San José estamos para apoyar al adulto con quejas de memoria a sus familiares y a sus cuidadores.

Contacto: opedraza@hospitalinfantildesanjose.org.co

Citas: sala VII Consulta Externa



HOSPITAL VERDE



Hospital Verde



HOSPITAL INFANTIL
UNIVERSITARIO
DE SAN JOSÉ

Sabías que el Hospital Infantil Universitario de San José es una de las pocas instituciones prestadoras de salud que cuenta con amplias zonas verdes y más de 117 árboles en sus jardines.



Nombre común: **Cerezo**
Altura: **15 metros**



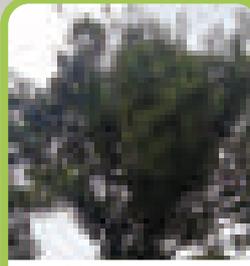
Nombre común:
Jazmín cabo
Altura: **12 metros**



Nombre común:
Falso Pimiento
Altura: **7 metros**



Nombre común:
Palma Fénix
Altura: **13 metros**



Nombre común:
Jazmín cabo
Altura: **9 metros**



Nombre común:
Araucaria excelsum
Altura: **7 metros**



Estos son los beneficios de tener árboles dentro de la ciudad:

- ✦ Absorben los contaminantes emitidos en la ciudad.
- ✦ Regulan la temperatura y nos protegen del sol
- ✦ Son hábitat de fauna silvestre.
- ✦ Son necesarios para la producción de oxígeno
- ✦ Amortigua la contaminación acústica
- ✦ Embellecen a las ciudades



EN NUESTRO HOSPITAL

Si quieres conocer los productos que puedes adquirir, puedes hacer

clic aquí:

<https://bit.ly/3fpbOcd>



¿Ya conoces la

DRUPPY TIENDA ?

La tienda de detalles del **Dr Duppy.**

Sabías que con tu aporte apoyas todas las iniciativas del Hospital que **benefician a nuestra población pediátrica.**

¡Acércate!

Estamos ubicados junto al punto de información de **Consulta Externa.**
Contamos contigo.

¡Te esperamos!

Manos cálidas y confiables





Con inspiración del pasado
actualizamos nuestra imagen y la
proyectamos hacia el futuro.



Fundación Universitaria
de Ciencias de la Salud
FUCS

*Una vida dedicada con éxito a la ciencia
médica y un legado histórico de conocimiento,
que se mantiene vivo y vigente en el tiempo.*

Diferente
forma
mismo
ADN



Hospital Infantil Universitario de San José



CONTÁCTENOS

www.hospitalinfantildesanjose.org.co

Cra. 52 No.67A-71 PBX: 4377540

Nuestras Redes Sociales:



Comité de Comunicaciones:

Dra. Laima Lucía Didziulis, Directora General - Dra. María Victoria Vanegas, Subdirectora Médica
- Dr. Fernando de la Torre, Subdirector Administrativo y Financiero - Dra. Anayanci Córdoba,
Coordinadora de Calidad - Dra. Sandra Piedad Barrera, Coordinadora Gestión Humana -
Leidy Mayerly Hernández - Coordinadora de Sistemas, Equipo de Comunicaciones.

Manos cálidas y confiables