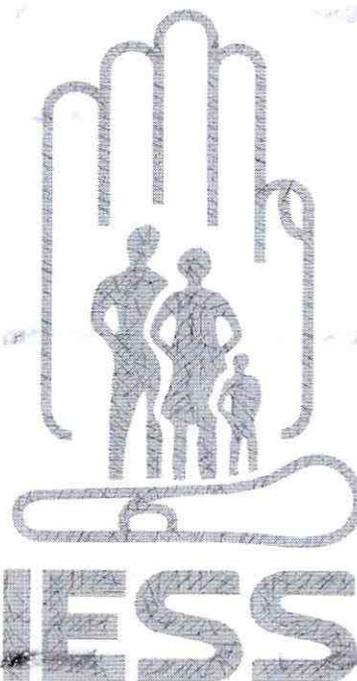




**INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO**

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	DIRECTOR MÉDICO	
Dra. Gabriela Jaramillo	MÉDICA FAMILIAR	
M.D. Liliana Bastidas	DELEGADA DE DIRECCION MEDICA	





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO-PONCEANO
INFORME DE CHARLA
PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

D.M. Quito, 2 de abril de 2018

MEDICINA FAMILIAR

ACTIVIDAD FÍSICA EN UN PACIENTE CON ENFERMEDAD CRÓNICA.

DRA. KARINA ELIZABETH CANDO VALENCIA

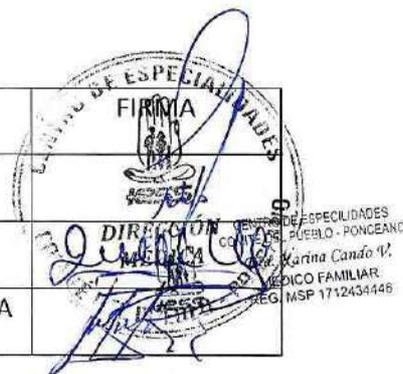
Se realizó la charla sobre Actividad Física en un paciente con enfermedad crónica, el día miércoles 28 de marzo de 2018 en las salas de espera del CEMCPP, con el afán de promover la salud y crear conciencia de la importancia del ejercicio en la vida diaria y sobre todo su beneficio en las patologías crónicas.

La Dra. Karina Cando, Médico Familiar realiza la charla, en las salas de espera ubicadas entre las alas A y C del tercer piso, los asistentes se muestran atentos y realizan varias preguntas relacionadas con el tema, una vez solventadas sus dudas, se refuerza el aprendizaje con mensajes cortos.

Se adjunta fotografías.

Para constancia firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
DR. PABLO SABAY	DIRECTOR MÉDICO	
DRA. KARINA CANDO	MÉDICO FAMILIAR	
MD. LILIANA BASTIDAS	DELEGADA DE DIRECCIÓN MÉDICA	

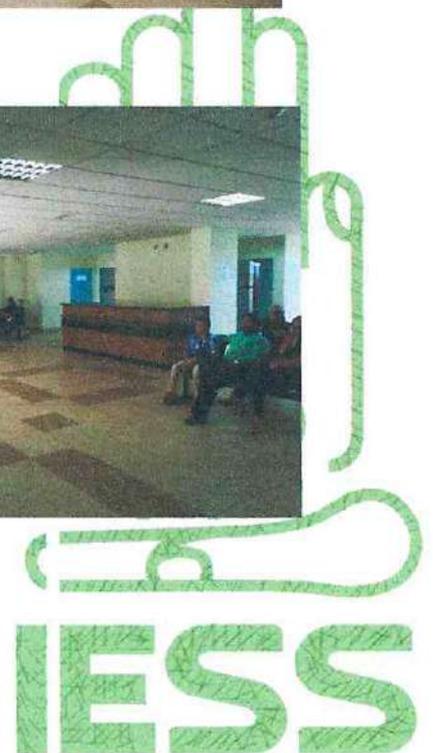




IESS
INSTITUTO COLOMBIANO DE SEGURIDAD SOCIAL



ANEXOS



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

PREVENCIÓN Y CONTROL DEL ALCOHOLISMO

MEDICINA FAMILIAR.

ASPECTOS GENERALES SOBRE EL ALCOHOLISMO.

Dr. Pablo Cotacachi.

Se realizó la charla educativa sobre los efectos en la salud individual, familiar y social causado por el consumo de alcohol así como prevenirlo y controlarlo en el día de hoy 3 de abril del 2018 en la sala de espera del Centro de Especialidades Médicas "Comité del Pueblo", con el afán de promover los hábitos y estilos de vida saludables en la comunidad.

El Dr. Cotacachi Médico Familiar, realiza la charla en las salas de espera ubicadas entre las alas A y C del tercer piso, los pacientes se muestran atentos y realizan una ronda de preguntas para aclarar dudas, y pone en conocimiento el flujograma de ayuda en caso de adicciones al final de la presentación.

Se adjuntan fotografías:

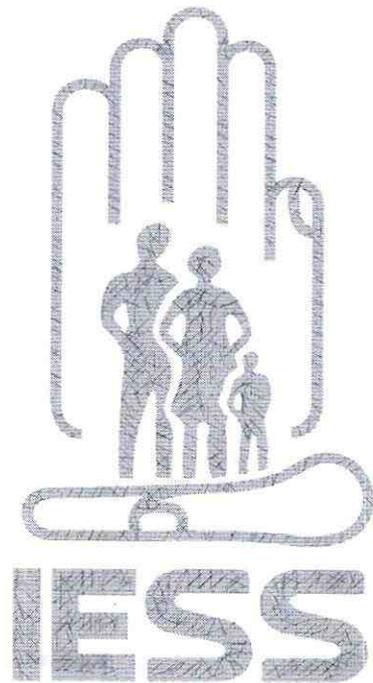




**INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO**

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	<i>DIRECTOR MÉDICO</i>	
Dr. Pablo Cotacachi.	<i>Médico familiar.</i>	
Dra. Liliana Bastidas	<i>DELEGADA DE DIRECCION MEDICA</i>	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

04 ABRIL – LACTANCIA MATERNA

MEDICINA FAMILIAR

Importancia de Lactancia Materna – Apoyo Entorno Familiar.

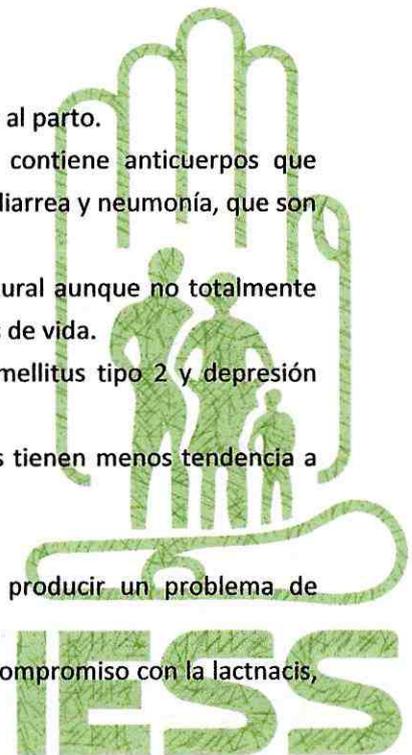
Dra. Angelina Orellana

Se realizó una charla del programa de educación sobre la importancia de la lactancia materna y el apoyo del entorno familiar para el éxito de la misma; Miércoles, 04 de abril de 2018 en las salas de espera del Tercer piso del CEMPP, con el objetivo de promover y fomentar buenas prácticas de salud como la lactancia materna en las pacientes.

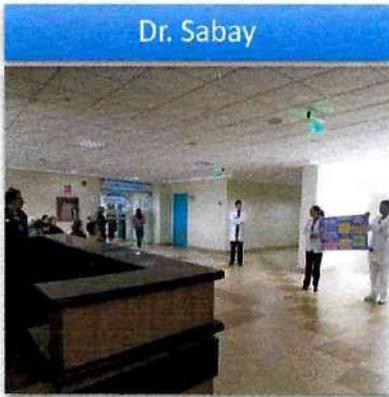
A fin de brindar información oportuna y útil tanto para madres lactantes como para familiares que compartan en sus hogares sobre la importancia de brindar a los niños la exclusividad de una lactancia materna, los beneficios de la misma tanto en recién nacido, el lactante menor, adolescentes, los beneficios en la madre durante esta etapa. Recibiendo una acogida de los participantes de las Salas de espera.

Puntos claves a en la Charla:

- Según OMS agosto2017:
 - ✓ Que las madres inicien la lactancia materna en la hora siguiente al parto.
 - ✓ La leche materna aporta todos los nutrientes, es inocua y contiene anticuerpos que protegen a los lactantes de enfermedades de la infancia como diarrea y neumonía, que son las causas principales de mortalidad en la niñez.
 - ✓ La lactancia materna exclusiva funciona como un método natural aunque no totalmente seguro, de control de la natalidad durante los primeros 6 meses de vida.
 - ✓ Reduce el riesgo de cáncer de mama y de ovario, diabetes mellitus tipo 2 y depresión postparto.
 - ✓ Los adolescentes y adultos que fueron amamantados de niños tienen menos tendencia a sufrir sobrepeso u obesidad.
 - ✓ La lactancia materna debe seguir hasta los 2 años.
 - ✓ Las leches artificiales no contiene los anticuerpos. Pueden producir un problema de malnutrición si el producto se diluye demasiado para “ahorrar”.
 - ✓ Escuchar y apoyar a las madres para aumentar su confianza y compromiso con la lactancia, no fomentar la ansiedad en la madre.



Se adjuntan fotografías:



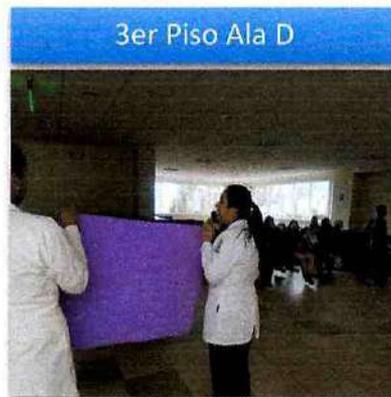
Dr. Sabay



Dra. Orellana



3º Piso Ala C



3er Piso Ala D

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
• Dr. Pablo Sabay	• DIRECTOR MÉDICO	
• Dra. Angelina Orellana	• MÉDICO FAMILIAR	
• M.D. Liliana Bastidas	• DELEGADA DIRECCION MÉDICA	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD DISLIPIDEMIAS

MEDICINA FAMILIAR

El colesterol y su patología

Dr. Cisneros

Se realizó la charla de aspectos generales sobre el metabolismo del colesterol y su influencia en la salud y el riesgo cardiovascular, su diagnóstico y manejo no farmacológico en las salas de espera del CECP, con el afán de promover la salud en los pacientes y crear conciencia de la patología.

Se realizó la charla en las salas de espera ubicadas entre las alas A y C del tercer piso, los pacientes se muestran atentos y realizan una ronda de preguntas, a pesar de que se estimaba 15 minutos se prolongó por más de 35 minutos por la cantidad de preguntas que surgieron.

Se adjunta el contenido del cartel.



¿Qué es el colesterol?

El colesterol es una sustancia grasa que el cuerpo usa para proteger los nervios, fabricar tejidos celulares y producir ciertas hormonas. El hígado produce todo el colesterol que el cuerpo necesita.

¿Cuáles deben ser mis niveles de colesterol?

Su nivel de colesterol ideal dependerá de su riesgo de enfermedad cardíaca.

- **Nivel de colesterol total** – menos de 200 es lo mejor, pero depende de sus niveles de HDL y LDL
- **Niveles de colesterol LDL** – menos de 130 es lo mejor, pero depende de su riesgo de enfermedad cardíaca
- **Niveles de colesterol HDL** – 60 o más reduce el riesgo de enfermedades cardíacas
- **Triglicéridos** – menos de 150 miligramos por decilitro (mg/dl) es lo mejor

Síntomas de colesterol alto

A menudo, no hay síntomas que se relacionen específicamente con el colesterol alto. Podría tener el colesterol alto y no saberlo.

¿Cómo se diagnostica el colesterol alto?

No se puede saber si tiene el colesterol alto sin hacerse un análisis. Un simple análisis de sangre revelará su nivel de colesterol.





Se adjuntan fotografías:



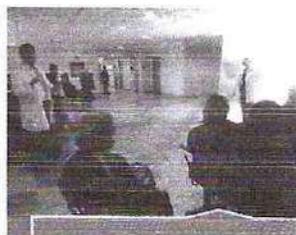
Charla



Charla



Alas B y C



Sala



Publico

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	DIRECTOR MÉDICO	
Dr. Ernesto Cisneros	Médico Familiar	
M.D. Liliana Bastidas	DELEGADA DE DIRECCION MEDICA	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

Fecha: 10 de Abril de 2018

Departamento: Medicina Familiar

Expositora: Dra. Noemí Córdor

TEMA: **“PREVENCIÓN DE LA DIABETES”**

El día martes, 10 de abril se impartió la charla cuyo tema fue “ Prevención de la Diabetes”, que tuvo lugar en las salas de espera del 3er. piso del Centro de Especialidades Comité del Pueblo (CECP)- Alas A y C.

En la charla impartida se enfatizó sobre todo en la prevención de la diabetes y factores de riesgo de la misma, además se dio a conocer conceptos básicos de la Diabetes como: definición, tipos , síntomas, complicaciones, además el Test de Findrisk el cual fue de mucho interés para los pacientes ya que por medio del cual pudieron conocer su riesgo de desarrollar diabetes en los próximos 10 años.

El público asistente se mostró muy interesado en el tema y realizó varias preguntas , las cuales fueron solventadas.

Además se entregó un tríptico a los oyentes elaborado por la expositora, con el propósito de reforzar los conocimientos adquiridos.

Se adjuntan fotografías:





TRÍPTICO ENTREGADO A LOS ASISTENTES

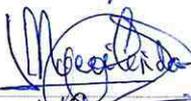


The brochures include:

- Test FIND-IT:** A table for identifying risk factors for diabetes.
- Formación dirigida a los asistentes:** A flyer with the slogan "Prevenir la DIABETES está en tus manos come y vive sano".
- La diabetes se puede prevenir:** A colorful flyer with the slogan "¡Prevenir la diabetes está en tus manos!".
- Definición:** A flyer explaining what diabetes is.
- Tipos de diabetes mellitus:** A flyer detailing the different types of diabetes.
- DIAGNÓSTICO DE LA SALUD en la Prevención de la Diabetes Tipo 2:** A flyer listing symptoms and signs for diagnosis.



Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	<i>Director Médico</i>	
Dra. Noemí Córdor	<i>Médica Familiar</i>	
Dra. Lisbeth Jaramillo	<i>Delegada de Auditoría Médica</i>	
M.D. Liliana Bastidas	<i>Delegada de Dirección Médica</i>	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

11 ABRIL - PREVENCIÓN DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL

MEDICINA FAMILIAR

*ASPECTOS GENERALES SOBRE LA PREVENCIÓN DE HIPERTENSIÓN
ARTERIAL*

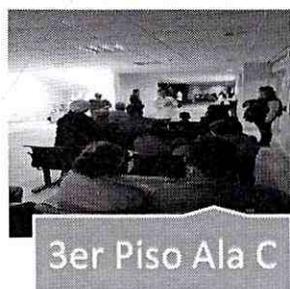
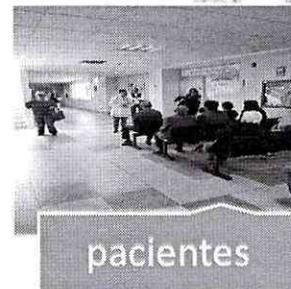
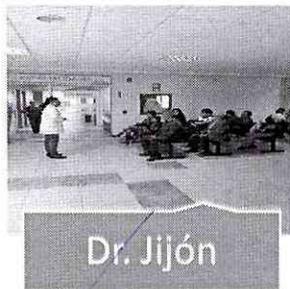
Dr. JAIME JIJÓN

Se realizó la charla de aspectos generales sobre prevención de hipertensión arterial, hoy 11 de Abril del 2018 en las salas de espera del CECP, con el afán de promover la salud en los pacientes y crear conciencia de la patología.

El doctor JIJÓN Médico Familiar, realiza la charla en las salas de espera ubicadas entre las alas A y C del tercer piso, los pacientes se muestran atentos y realizan una ronda de preguntas, una vez solventadas sus dudas se dio por terminado la capacitación.

La Dra. Bastidas, responsable de las charlas, designada por Dirección médica, colaboró con la toma de fotografías para elaborar el presente informe.

Se adjuntan fotografías:

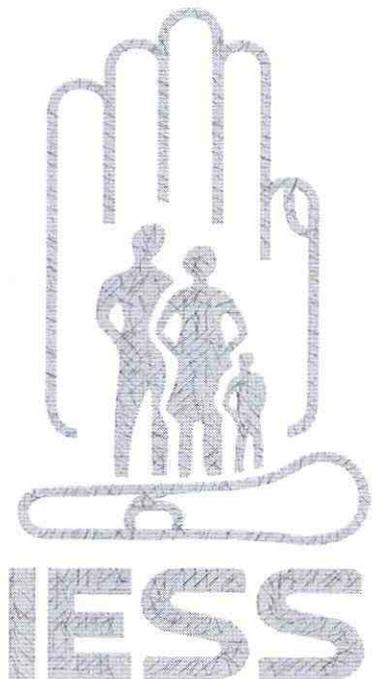




**INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO**

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	<i>DIRECTOR MÉDICO</i>	
Dra. Jaime Jijón	<i>Médico Familiar</i>	 CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO IESSE MÉDICO FAMILIAR MSP 0502678469
M.D. Liliana Bastidas	<i>DELEGADA DE DIRECCION MEDICA</i>	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

MEDICINA FAMILIAR

TEMA:

CAMBIOS DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES EN PACIENTES CRÓNICOS

Dra. Paulina Aguirre

Se realizó la charla de Cambios de estilos de vida saludables en pacientes crónicos, hoy 18 de Abril de 2018 en las salas de espera del CECP, con el afán de promover la salud en los pacientes y crear conciencia de la prevención de enfermedades.

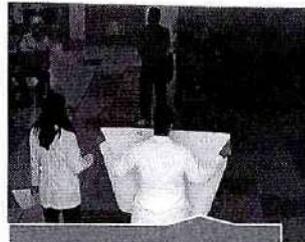
La Dra. Paulina Aguirre Médico Familiar, realiza la charla en las salas de espera ubicadas entre las alas A y C del tercer piso, los pacientes se muestran atentos y realizan una ronda de preguntas, una vez solventadas sus dudas se les entrega un tríptico elaborado por la Dra. Paulina Aguirre, para reforzar el conocimiento.

Se termina la charla, indicando a los pacientes recomendaciones de prevención y aspectos de promoción de la salud para evitar y controlar las enfermedades.

Se adjuntan fotografías:



3er Piso



Dra. Paulina Aguirre



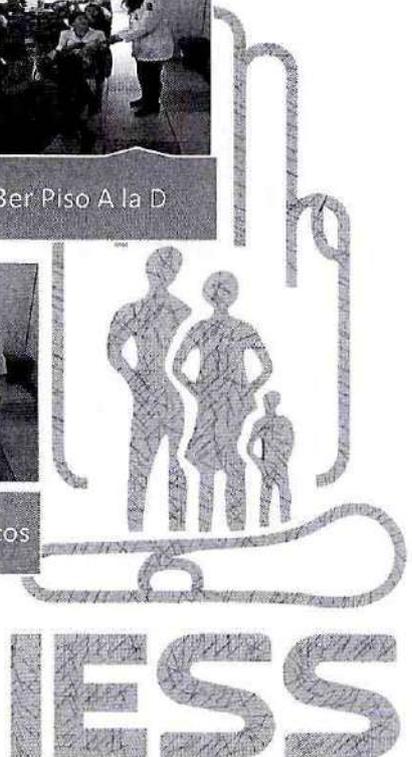
3er Piso A la D



Dra. Paulina Aguirre



Entrega de trípticos

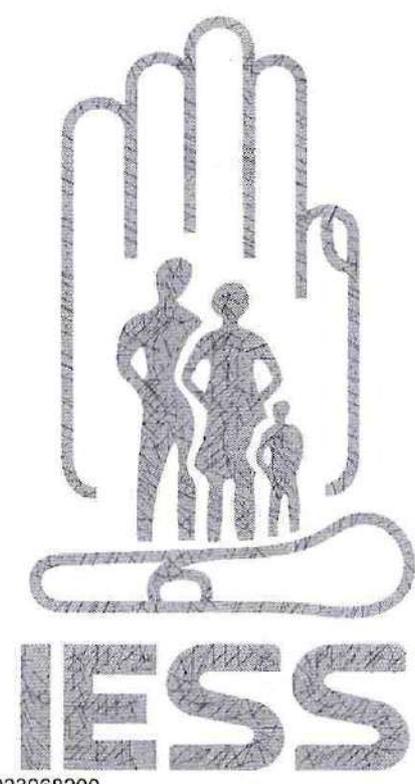


Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	DIRECTOR MÉDICO	
Dra. Paulina Aguirre	Médico Familiar	
M.D. Liliana Bastidas	DELEGADA DE DIRECCION MEDICA	



CENTRO DE ESPECIALIDADES
 COMITÉ DEL PUEBLO - PONCEANO
 Dra. Paulina Aguirre
 MÉDICO FAMILIAR
 C. 1715844831
 Centro de Especialidades
 COMITÉ DEL PUEBLO - PONCEANO
 M.D. Liliana Bastidas G.
 MÉDICO GENERAL
 MSP/INH 0508342775



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

MEDICINA GENERAL

INFLUENZA- GRIPE ESTACIONAL

MD: TANYA CABREJOS

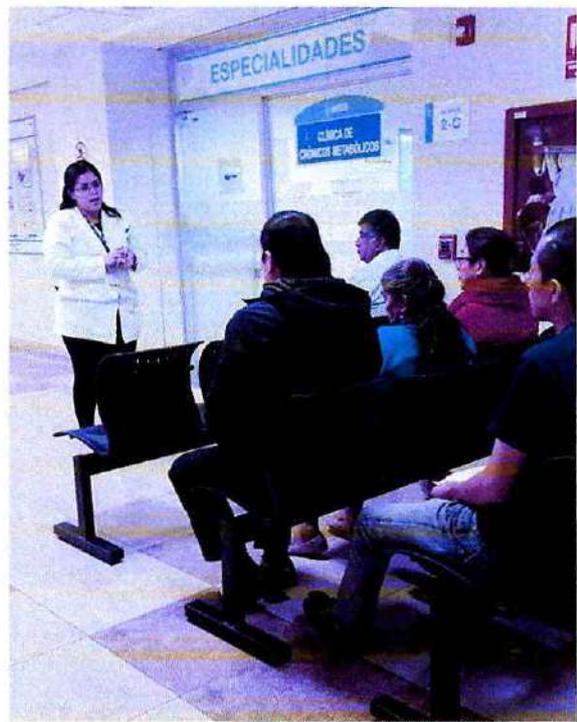
Se realizó la charla de Gripe Estacional – Influenza el día 24 de abril de 2018 en las sala de Espera del Segundo Piso Bloque C del CECP con el objetivo de educar a los pacientes de las principales diferencias de las patologías antes mencionadas.

- ✓ Saludo de Bienvenida
- ✓ Concepto básico de influenza y gripe estacional
- ✓ Formas de Contagio
- ✓ Grupos de riesgo
- ✓ Sintomatología
- ✓ Prevención

Se entrega material didáctico al público de las diferencias de la sintomatología de las 2 patologías expuestas.

Se adjuntan fotografías:





INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

Medicina General

Alopecia

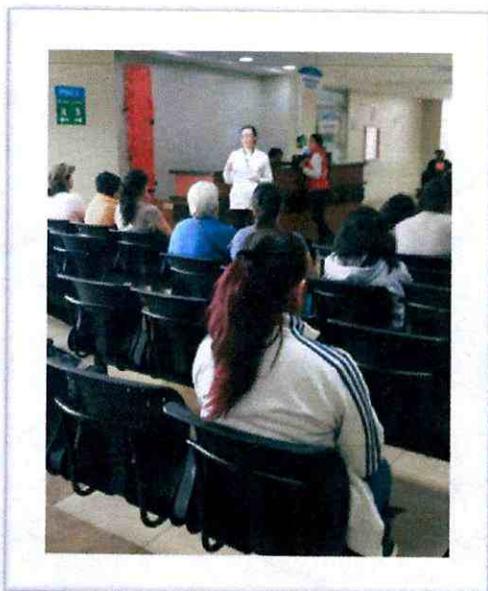
Md. María Gabriela Muñoz Vega

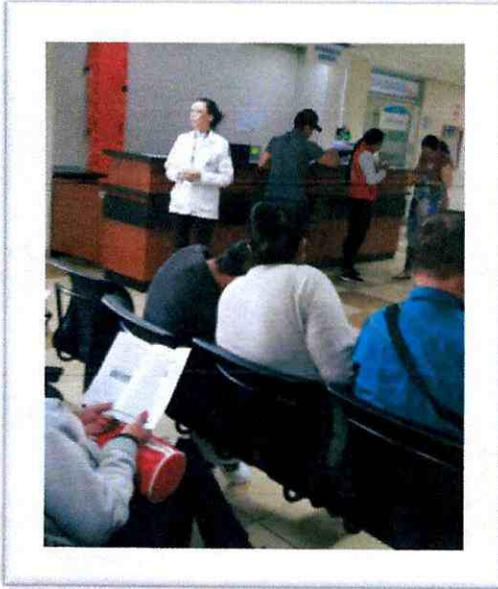
Se realizó la charla de Alopecia el día 2 de Mayo de 2018 en la sala de Espera del Bloque B del CECP con el objetivo de promover la salud capilar en los pacientes.

Se entregó un tríptico con los conocimientos básicos sobre el cabello, alopecia, la forma de presentación y los tratamientos que se pueden utilizar.

Se respondió a las preguntas que generó el tema a los asistentes.

Se adjuntan fotografías:





PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	<i>DIRECTOR MÉDICO</i>	<i>[Signature]</i>
M.D. Liliana Bastidas	<i>COORDINADORA DEL PROGRAMA</i>	<i>[Signature]</i>
M.D. Gabriela Muñoz V	<i>MEDICO GENERAL</i>	<i>[Signature]</i>





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE ESPECIALIDADES MEDICAS COMITÉ DEL PUEBLO PONCIANO

Dirección: Calle Juncal lote 100, entre Manuel Ambrosi y José Amesaba

Teléfono: 02 396 8200

INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACION A LA COMUNIDAD

Medicina General

SIGNOS DE ALARMA PARA ENFERMEDAD CEREBROVASCULAR

MD. María José Orellana

Se realizó la charla de Signo de alarma para Enfermedad cerebrovascular, el día 3 de Mayo del 2018, en la sala de espera del Bloque B del CECP, con el objetivo de promover la atención oportuna en pacientes educando sobre signos de alarma en Enfermedad Cerebrovascular.

Se utilizó material didáctico para demostrar más fácilmente a pacientes cual es la sintomatología y el tiempo de espera máximo para mantener un mejor pronóstico.

Se respondió a las preguntas que genero el tema en los asistentes.

Adjunto fotografías:



INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL

CENTRO DE ESPECIALIDADES MEDICAS COMITÉ DEL PUEBLO PONCIANO

Dirección: Calle Juncal lote 100, entre Manuel Ambrosi y José Amesaba

Teléfono: 02 396 8200



Para constancia firman:

PROFESIONAL DEL SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	DIRECTOR MEDICO	
M.D. Liliana Bastidas	COORDINADORA DEL PROGRAMA	
Dra. María José Orellana	MEDICO GENERAL	 Dra. María José Orellana MEDICO GENERAL 9717918849

Renovar para actuar,
actuar para servir

www.iessec.gob.ec



@IESSec



IESSecu

IESSec

INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

ALIMENTACION SALUDABLE

Dra. Martha Cecilia Fernández León

Se realizó el día 15 de mayo del 2018 en la sala de espera del CECP ALA "D" charla acerca del significado e importancia de llevar una Vida Saludable con la finalidad de concientizar a los pacientes presentes en esos momentos sobre la importancia de mantener hábitos cotidianos que ayudan a mejorar la salud de quien los aplica en su vida, y de esta manera se podría evitar o atenuar problemas de salud, además de reducir las posibilidades de contraer enfermedades coronaria y cardiovasculares, nivelar los niveles de azúcar y colesterol en la sangre, y además disminuye la aparición de enfermedades crónicas y degenerativas. **Huesos y articulaciones se tornaran mas fuertes**

Se inicia dando el saludo y bienvenida correspondiente.

Se entrega material didáctico a los pacientes que se encuentran presentes en el Ala "D" Tercer piso

Se hace hincapié en la importancia de la actividad física, alimentación saludable, hidratación adecuada, reposo correspondiente (Mínimo 8 horas)

Se adjuntan fotografías:





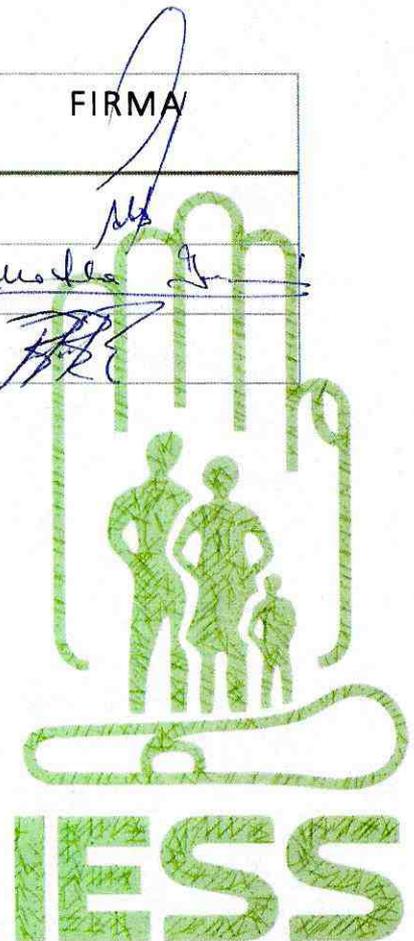
Dra. Martha Fernandez

15 de mayo 2018

Charla Piso 3
Ala D

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	DIRECTOR MÉDICO	
Dra. Martha Fernández León	Medica General	
M.D. Liliana Bastidas	DELEGADA DE DIRECCION MEDICA	



Vida saludable

Conjunto de hábitos cotidianos que ayudan a mejorar la salud de quien los aplica en su vida, y permiten evitar o atenuar problemas de salud, además de lograr una buena calidad de vida. Llevar una vida saludable tiene como objetivo lograr un bienestar físico y mental por lo que se deben seguir ciertos hábitos y evitar otros que perjudican la salud de las personas.

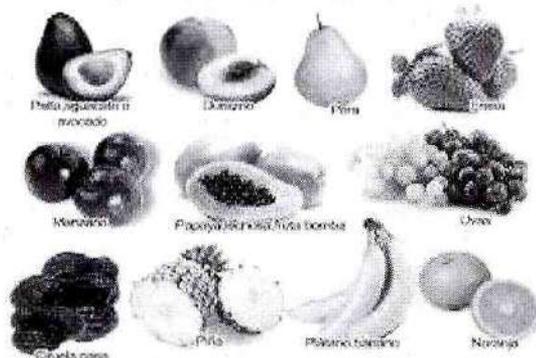
Alimentación saludable

No tienes que comer menos



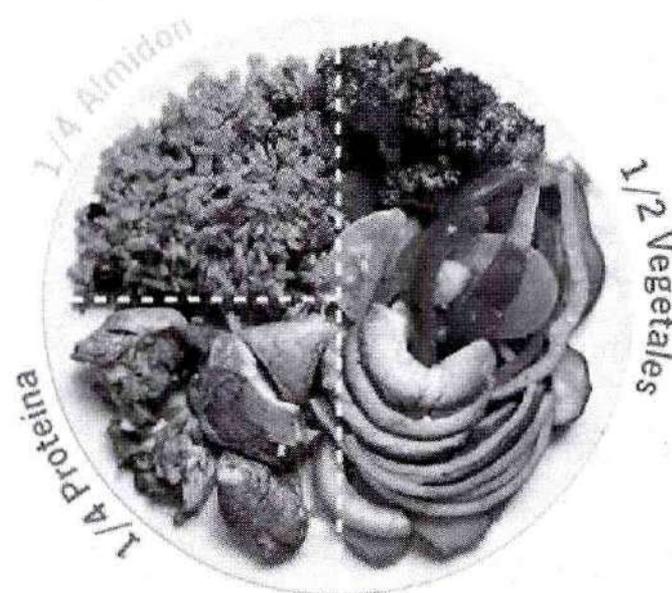
Sólo tienes que **comer mejor**

FRUTAS RICAS EN FIBRA

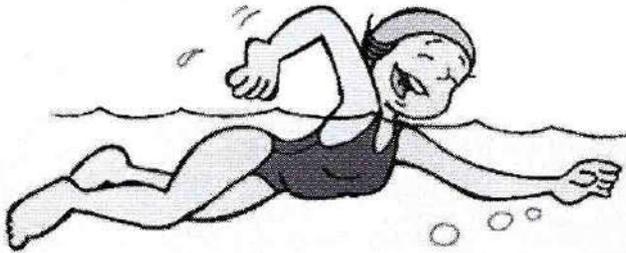


Mantener un estilo de vida saludable reducirá tus posibilidades de contraer una enfermedad coronaria y cardiovascular, nivelará tus niveles de azúcar y colesterol en la sangre, y además disminuye la aparición de enfermedades crónicas y degenerativas.

Plato saludable



Actividad Física



Ser disciplinado, forme grupos, o disfrute la naturaleza. Caminar por lo menos media hora a paso rápido todos los días... aparte de sus múltiples actividades diarias

- Estírarse!... Hacer ejercicios de estiramiento durante 5 minutos todos los días
- Quédarse unas paradas antes de su destino en el autobús
- Prefiera subir escaleras en lugar de usar el ascensor
- Juegue con sus hijos/nietos/sobrinos
- Busque una disciplina que le agrade y practíquela (natación, básquet, fútbol...)
- No es necesario inscribirse en gimnasios
- Prefiera el jugo de la fruta natural que la gaseosa
- Ponga poca o nada de azúcar en sus bebidas
- Prefiera siempre productos naturales que artificiales

INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

HIPOTIROIDISMO

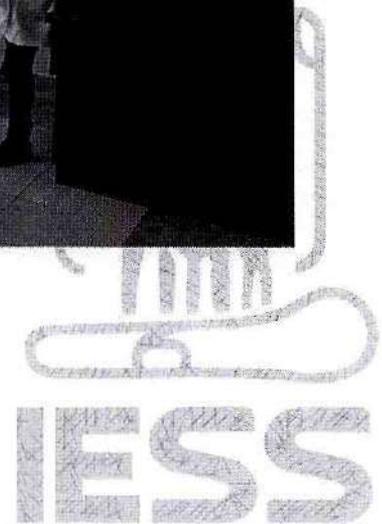
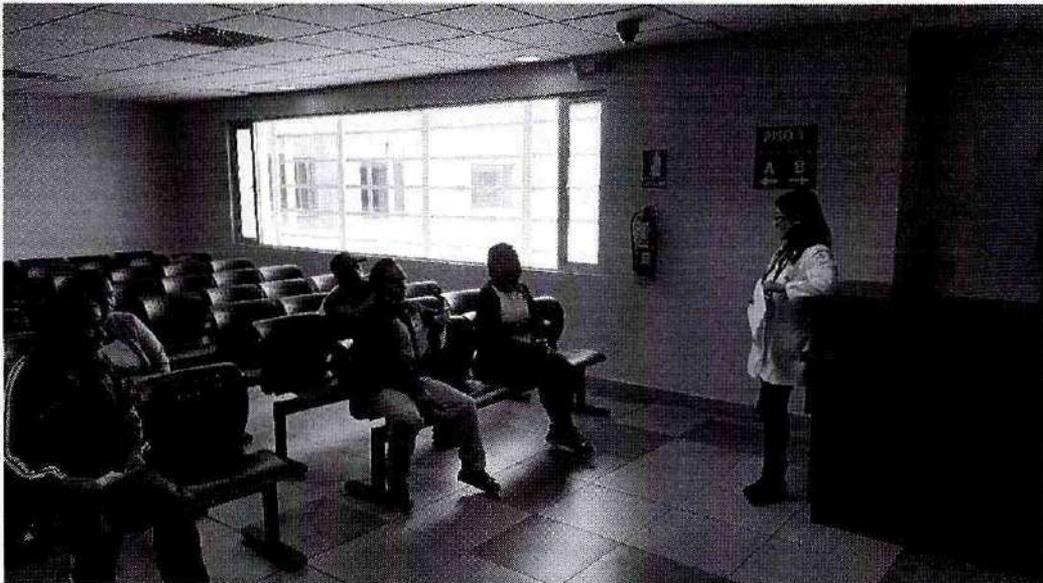
Md. Mayra Naranjo

Se realizó la charla de Hipotiroidismo el día 10 de Mayo del 2018 en la sala de Espera del CECP del tercer piso con el afán de promover la salud en los pacientes.

La charla se enfocó en principio generales de Hipotiroidismo, causas, manejo clínico – médico y complicaciones de la enfermedad.

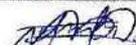
Se entregaron hojas informativas del tema tratado y se respondieron preguntas de los asistentes.

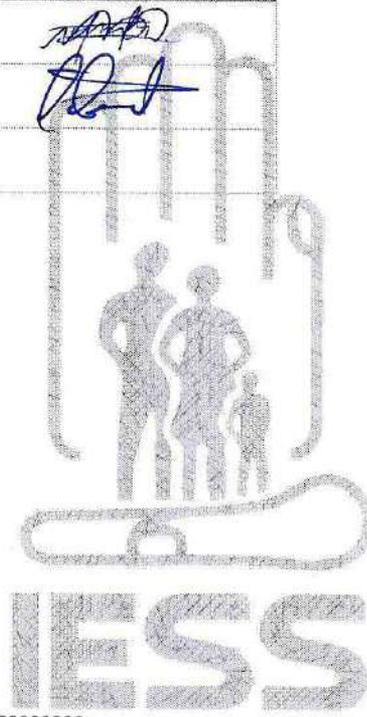
Se adjuntan fotografías:





Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Md. Mayra Naranjo	MEDICO GNERAL	
Md. Bolivar Quezada	LIDER DE AREA	
M.D. Liliana Bastidas	COORDINADORA DEL PROGRAMA	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

TEMA PRESENTADO: MANEJO RACIONAL DE ANTIBIÓTICOS

Doctor Raúl Patricio Triviño

Se realizó la charla de Empleo responsable de antibióticos y problemas de resistencia bacteriana ante la población de pacientes en el tercer piso del centro médico, a las 11:00 del 22 de mayo.

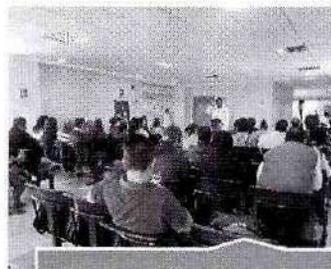
La Dra. Bastidas, responsable de las charlas, designada por Dirección médica, dio la bienvenida, ofreciendo un breve preámbulo, presentando al encargado de la charla, el dr. Triviño.

El dr. Triviño inició su disertación, procurando mantener un lenguaje de fácil comprensión evitando caer en tecnicismos o metalenguaje innecesario, con propósito de educar a los pacientes sobre el peligro de la automedicación de antibióticos, las subdosis y que los médicos deben cumplir criterios estrictos para la prescripción de los mismos.

Se adjuntan fotografías:



Preámbulo



Los problemas de la resistencia bacteriana



Presencia del Dr. Sabay



Énfasis sobre empleo racional de antibióticos



Los pacientes hacen preguntas



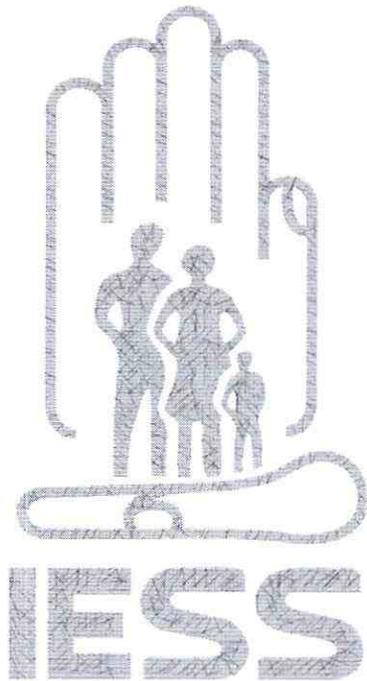
Fin de la charla



**INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO**

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	DIRECTOR MÉDICO	
Dr. Raúl P. Triviño	MÉDICO GENERAL	
M.D. Liliana Bastidas	COORDINADORA DEL PROGRAMA	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD OBESIDAD

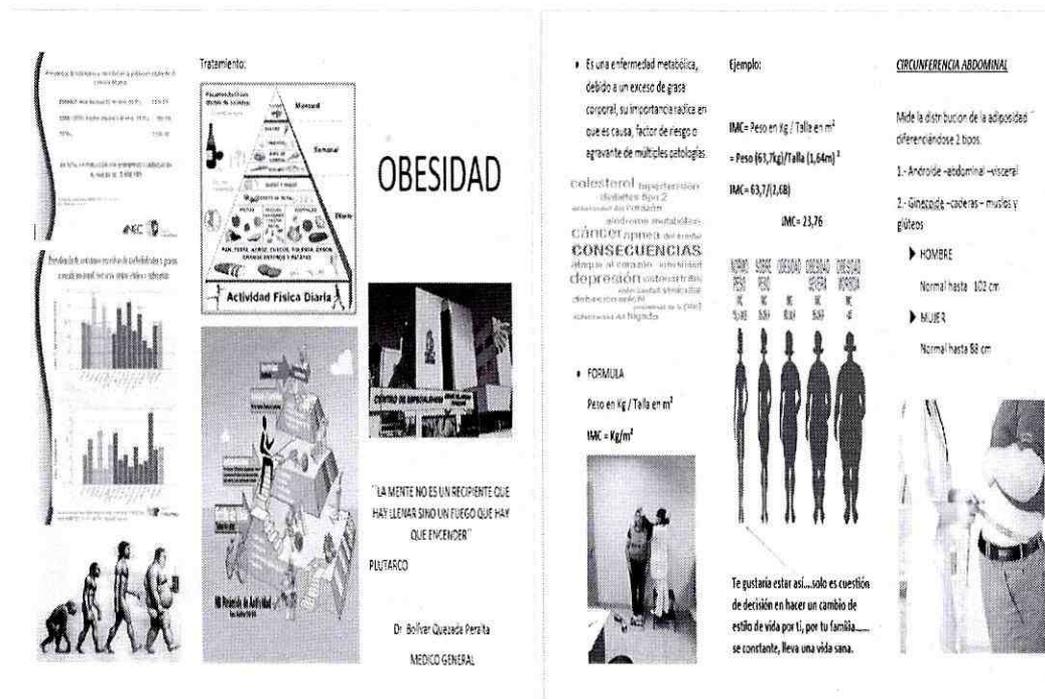
MEDICINA GENERAL

DR. BOLIVAR QUEZADA

La Dra. Bastidas, responsable de las charlas, designada por Dirección Médica, dio la bienvenida, invitó a los pacientes a la charla, ayudó con la interacción y en la repartición del material didáctico que se dio a cada persona que estuvo en esta actividad.

Se realizó la charla el día 24 de mayo de 2018 a los pacientes que se encontraban en el tercer piso, en el área de sala de espera; se trató sobre Obesidad, qué es, diagnóstico de esta enfermedad, circunferencia abdominal, relación de esta enfermedad actual en nuestro país, tratamiento nutricional, ejercicio, (cambios de estilo de vida); con el deseo de llegar a incentivar un cambio en hábitos de alimentación y práctica de ejercicio diario, con la premisa de esta manera se evite consecuencias relacionadas a esta patología metabólica.

Tríptico



OBESIDAD

Es una enfermedad metabólica, debido a un exceso de grasa corporal, su importancia radica en que es causa, factor de riesgo o agravante de múltiples patologías:

- colesterol
- diabetes
- hipertensión
- enfermedades cardiovasculares
- depresión
- osteoporosis
- apnea del sueño
- ginecomastia
- disfunción eréctil
- infertilidad
- parto prematuro
- diabetes gestacional
- hipertensión gestacional
- embolia pulmonar
- coágulos sanguíneos
- accidentes cerebrovasculares
- accidentes de tránsito

CONSECUENCIAS

depresión, osteoporosis, apnea del sueño, ginecomastia, disfunción eréctil, infertilidad, parto prematuro, diabetes gestacional, hipertensión gestacional, embolia pulmonar, coágulos sanguíneos, accidentes cerebrovasculares, accidentes de tránsito.

FORMULA

Peso en kg / Talla en m²

IMC = kg/m²

Ejemplo:

IMC = Peso en kg / Talla en m²

= Peso (61,7kg) / Talla (1,64m)²

IMC = 63,7 / (1,64)

IMC = 23,76

CIRCUNFERENCIA ABDOMINAL

Mide la distribución de la adiposidad diferenciándose 2 tipos:

- 1- Androide -abdominal -visceral
- 2- Ginecoide -caderas -muslos y glúteos

► **HOBBRE**

Normal hasta 102 cm

► **MUJER**

Normal hasta 88 cm

Te gustaría estar así... solo es cuestión de decisión en hacer un cambio de estilo de vida por ti, por tu familia... se constante, lleva una vida sana.

Tratamiento:

Plasma de Richman
Masa muscular
Masa grasa
Masa ósea
Masa hídrica

Actividad Física Diaria

LA MENTE NO ES UN RECIPIENTE QUE HAY QUE LLENAR SINO UN FUEGO QUE HAY QUE ENCENDER

PLUTARCO

Dr. Bolívar Quezada Pérez
MEDICO GENERAL

INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

ALCOHOLISMO.- MITOS y REALIDADES

CONFERENCISTA: DR. PABLO PINTADO. C.

Por medio de la presente me permito informar que procedí a realizar la charla sobre Alcoholismo.- Mitos y Realidades; el día Martes 29 de Mayo del 2018 en las salas de Espera del 2do Piso Bloque Clínica de Crónicos Metabólicos y Boque A del CEM-COMITÉ DEL PUEBLO con el afán de promover la salud en los pacientes.

La Dra. Bastidas, responsable de las charlas designadas por Dirección médica, dio la bienvenida, con la presentación del conferencista **DR. PABLO PINTADO** e invitó a los pacientes a participar de esa charla.

Inmediatamente procedí a la presentación del tema a desarrollar y a la entrega de hojas informativas a los presentes, para posteriormente responder algunas inquietudes de los asistentes.

Se adjuntan fotografías:



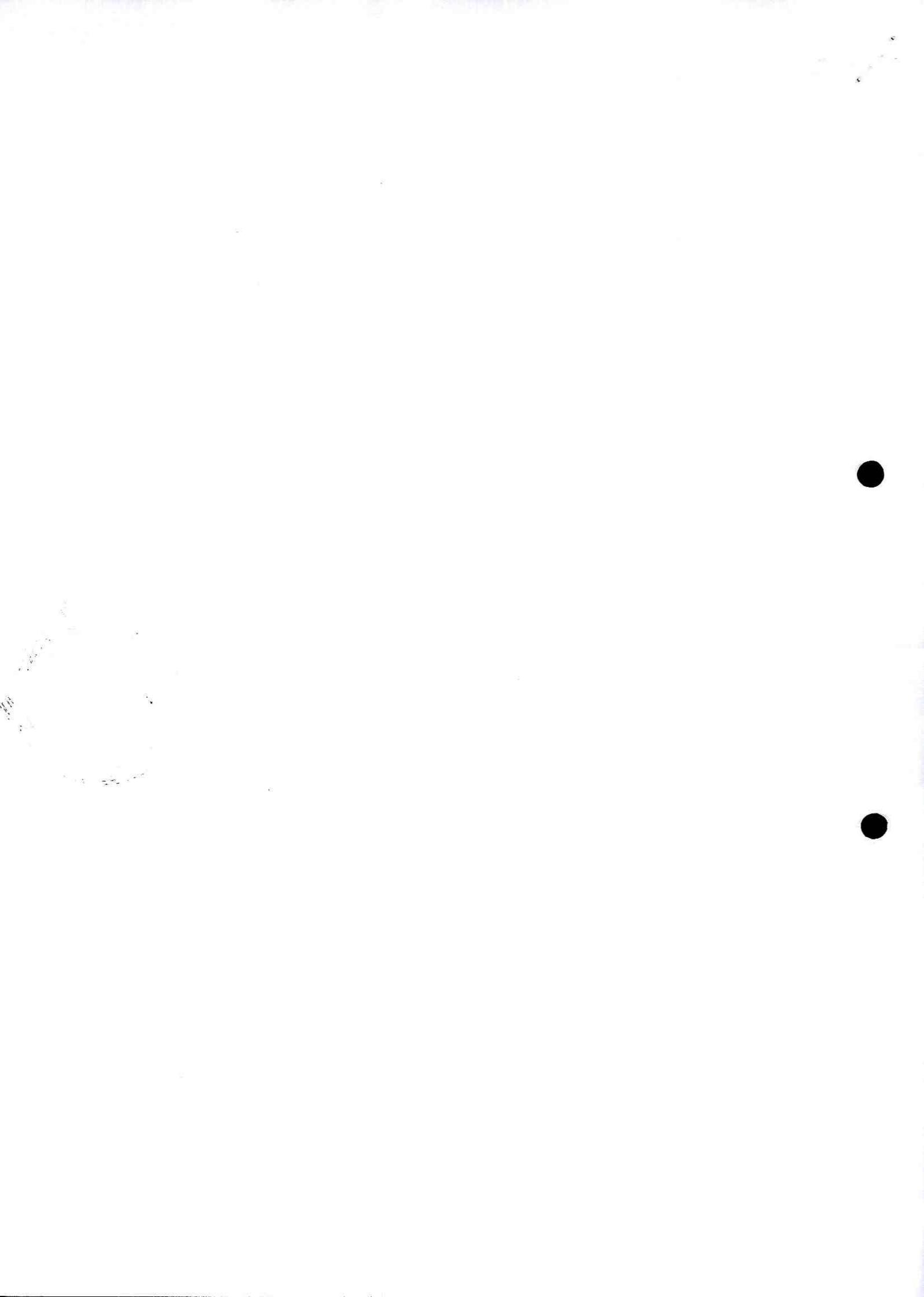
Dr. Pablo Pintado



Dr. Pablo Pintado



Dr. Pablo Pintado

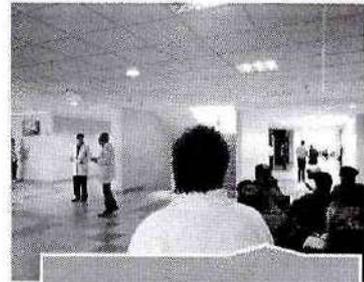




Dr. Pablo Pintado



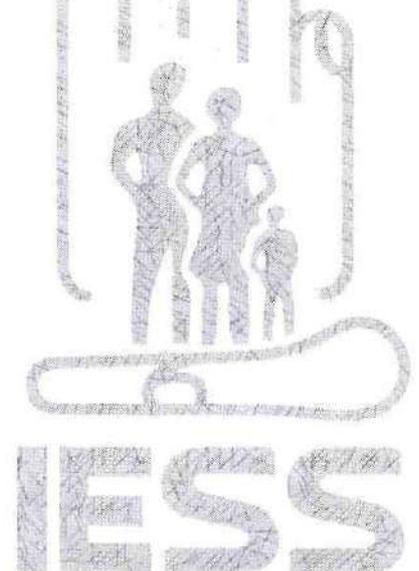
Dr. Pablo Pintado



Dr. Pablo Pintado

Para constancia Firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
DR. PABLO SABAY	<i>DIRECTOR MÉDICO</i>	
M.D. LILIANA BASTIDAS	<i>COORDINADORA DEL PROGRAMA</i>	
DR. PABLO PINTADO.C.	<i>CONFERENCISTA</i>	



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD DÍA MUNDIAL SIN TABACO

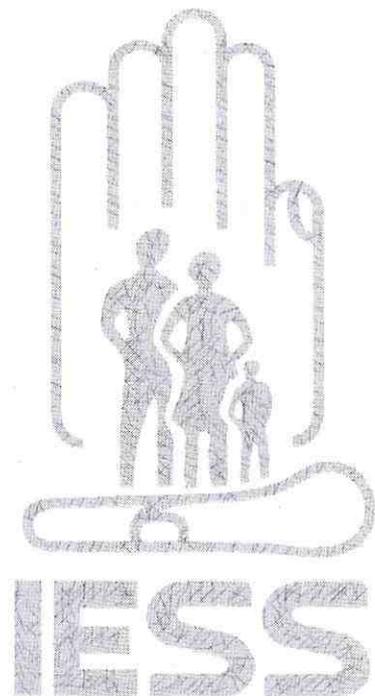
**MEDICINA GENERAL
DRA. KARINA VALDEZ NARVAEZ**

Se realizó la charla del Día mundial sin tabaco, el 31 de mayo 2018 en la salas de espera TERCER PISO BLOQUE A Y C del CECP con la finalidad de promover la salud en los pacientes, prevenir riesgos de salud potenciales del humo del cigarrillo para fumadores activos y pasivos. Se realizó trípticos informativos para la distribución a los oyentes.

La Dra. Bastidas, responsable de las charlas, designada por Dirección médica, dio la bienvenida, invitó a los pacientes a la charla, ayudó con la interacción.

Se apoyó con material informativo, entrega de trípticos del tema y se respondieron preguntas de los asistentes.

Se adjuntan fotografías:



SALAS DE ESPERA BLOQUE A Y C - PISO 3

PARA CONSTANCIA FIRMAN:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	DIRECTOR MÉDICO	
Dra. Liliana Bastidas	COORDINADORA DEL PROGRAMA	
Dra. Karina Valdez	MEDICO GENERAL RESPONSABLE	



INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO

INFORME DE CHARLA

Servicio:

ODONTOPEDIATRIA

Realizada por:

Dra. Andrea Carrillo

Objetivo General:

- ✓ Realizar el programa de educación a la comunidad

Objetivos Específicos:

- ✓ Enseñar a la comunidad la importancia del cuidado dental en niños.
- ✓ Crear conciencia en el cuidado bucal en niños.
- ✓ Dar herramientas para el adecuado cuidado bucal en niños.

Material didáctico:

- ✓ Pantoma con cepillo dental didáctico
- ✓ Roll up realizado por el servicio de odontopediatría donde se colocaron fotos para explicar la técnica de cepillado, además información sobre el cuidado bucal:
 - El cepillado más importante en la noche
 - El cepillado desde que nace el primer diente
 - El ejemplo es el mejor incentivo
 - Cepillo de cerdas suaves y tamaño acorde a la edad del paciente
 - La caries se produce por falta de aseo dental diario y/o inadecuado, alta ingesta de dulces

INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO

- Es importante acudir al odontopediatra a partir de los 6 meses y cada 6 meses (máximo cada año)

Desarrollo de la charla:

El tema de la charla fue escogido debido a la alta prevalencia de caries de los pacientes pediátricos que acuden al servicio de Odontopediatría del CEMCP, existiendo una alta prevalencia en pacientes menores de 5 años.

La charla se realizó el día 6 de junio del 2018 en la sala de espera del primer piso, área de pediatría, del CENTRO DE ESPECIALIDADES MÉDICAS COMITÉ DEL PUEBLO, se dio la bienvenida a los pacientes y se los invitó a la charla en donde se tocaron los temas más importantes con el fin de incentivar el cuidado bucal de los niños, se les explicó en detalle la técnica de cepillado para lo cual se utilizó un pantoma con cepillo como material didáctico y fotos, se explicó la importancia del cepillado en la noche y el uso de dieta anticariogénica, se habló sobre los chequeos que deben tener los niños con el odontopediatra para evitar el inicio y la progresión de las caries y se concluyó indicando a los papás que las caries se pueden prevenir y solo depende del cuidado que tengan con sus hijos para evitar el inicio de las caries. Finalmente se contestaron preguntas de los pacientes sobre el tema expuesto.

Asistieron a la charla la Dra. Liliana Bastidas como responsable de las charlas, designada por Dirección Médica y el Dr. Pablo Sabay, Director Médico del CEMCP.

(Se adjuntan fotografías)

INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO



INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO



Para constancia firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD

CARGO

Dr. Pablo Sabay

Director Médico

Dra. Liliana Bastidas

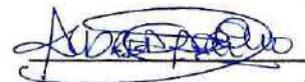
Delegada de Dirección

Médica

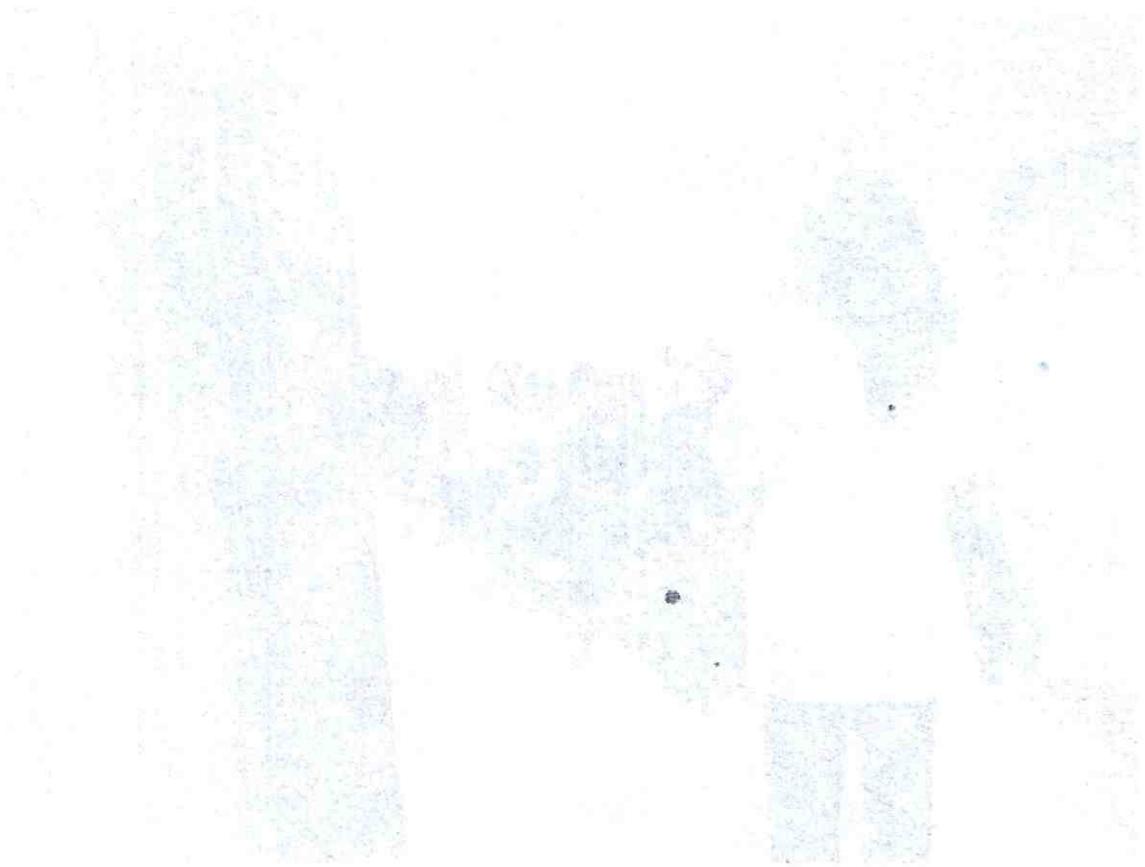
Dra. Andrea Carrillo

Odontopediatra



CONFIDENTIAL - SECURITY INFORMATION



AT 177

CONFIDENTIAL - SECURITY INFORMATION



INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

ODONTOLOGÍA

Lugar y Fecha: Quito, 13 de junio de 2018

● **Título:** “Higiene Bucal”

Objetivo:

Concientizar y motivar a la comunidad sobre la importancia del cepillado diario, uso de hilo dental y enjuague bucal, para la prevención de caries y pérdida de piezas dentales; así como la visita al odontólogo cada 6 meses.

Desarrollo:

● Los problemas dentales son muy frecuentes en nuestra sociedad y se deben a los hábitos inadecuados impartidos desde el hogar en edades tempranas. Los estudios demuestran que si no se interviene con prevención de manera precoz, el nivel de patología dental aumenta considerablemente.

Es por esto que se aborda el tema de “Higiene Bucal” en la sala de espera de nuestra Unidad Médica, CENTRO DE ESPECIALIDADES MÉDICAS COMITÉ DEL PUEBLO – PONCEANO, en el segundo piso.

Se da inicio con la bienvenida a los asistentes, a cargo de la Dra. Liliana Bastidas, responsable de esta iniciativa, designada por Dirección Médica; seguido por la charla teórico práctica impartida por mi persona, con la ayuda de un fantoma bucal sobre técnica de cepillado por zonas, tipo de cepillo dental, técnica de uso del hilo dental y enjuagues bucales, así como la concientización de una buena higiene oral y visitas regulares al odontólogo para evitar la pérdida de piezas dental.

Finalizamos la charla abriendo un espacio de preguntas para que los pacientes resuelvan sus dudas sobre el tema expuesto, servicios que ofrece nuestra Unidad y temas dentales varios.



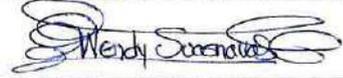
Fotografías:





INSTITUTO ECUATORIANO DE SEGURIDAD SOCIAL
CENTRO DE ESPECIALIDADES COMITÉ DEL PUEBLO

Para constancia firman:

PROFESIONAL DE LA SALUD	CARGO	FIRMA
Dr. Pablo Sabay	Director Médico	
Dra. Liliana Bastidas	Delegada de Dirección Médica	
Dra. Wendy Suasnavas	Odontóloga General	





INFORME DE CHARLA

PROGRAMA DE EDUCACIÓN A LA COMUNIDAD

ODONTOLOGIA

ODONTOPEDIATRIA

IMPORTANCIA DEL CEPILLADO DENTAL DE ACUERDO A LA EDAD DEL PACIENTE.

Od. Jeanne Prycyla Verdezoto Unaicho

OBJETIVO:

- Crear hábitos de cepillado en niños menores de 7 años de edad.

MATERIALES

- Tríptico (anexo A)
- Fantoma
- Cepillo pediátrico
- Rolap publicitario
- Gasa

DESARROLLO

Se realizó la charla **IMPORTANCIA DEL CEPILLADO DEACUERDO A LA EDAD DEL PACIENTE**, el día 15 de Junio de 2018 en la sala de espera del primer piso (**SERVICIO DE PEDIATRIA**) y segundo piso (**CRONICOS METABOLICOS**) del **CENTRO DE ESPECIALIDADES MEDICAS COMITE DEL PUEBLO**, con el afán de promover buenas estrategias de salud oral en los pacientes pediátricos que acuden.

Los temas tratados en la charla fueron:

- Diferenciar entre los objetivos de cepillado dental en un paciente menor y mayor de 3 años.
- Demostración de diversas técnicas de cepillado dental de acuerdo a la edad del paciente.
- Identificación de diferentes cepillos dentales y la cantidad de pasta dental de acuerdo a la necesidad y edad del paciente.