

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 1 de 17	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

<b>NOMBRE DEL EVENTO:</b>			
<b>DIA MUNDIAL DE LA DIABETES</b>			
<b>ORIGEN:</b>		<b>DICTADO POR:</b>	
INTERNO		JEFE ELIZBETH CÀRCAMO TORRES AUXILIARES DE ENFERMERIA	
<b>FECHA:</b>	<b>LUGAR:</b>	<b>DURACIÓN:</b>	
14-11-2024	LADMEDIS IPS	3 HORAS	
<b>OBJETIVO</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Brindar educación a los pacientes del programa de Riesgo Cardiovascular sobre el autocuidado, alimentación y recomendaciones generales en paciente crónico para la prevención de la diabetes mellitus.</li> <li>➤ Realizar tamizaje de riesgo cardiovascular los usuarios asistentes a LADMEDIS IPS con el fin de mejorar la captación de usuarios para la atención oportuna de padecer diabetes en un futuro.</li> <li>➤ Establecer seguimiento de los paciente con diagnóstico de HTA Y DM en la adherencia a sus controles y tratamiento</li> </ul>			
<b>BREVE EXPLICACIÓN DEL CONTENIDO</b>			
<p>El día 14 de noviembre / 2024 se realizó actividad educativa y tamizaje de riesgo cardiovascular a los usuarios asistentes de la IPS Ladmedis, conmemorando el día de la diabetes dando a conocer la patología, la prevención de enfermedades crónicas a través del autocuidado, una correcta nutrición, actividad física, además de ello recomendaciones y estilos de vida saludable para lograr tener una mejor calidad de vida. se realizó tamizaje de RCV a los usuarios tomando glucometrias, con el fin de realizar seguimiento a su estado de salud con respecto a sus niveles de glucosa igualmente se realiza seguimiento a los pacientes que ya tienen un diagnóstico de DM para así establecer si son adherentes al tratamiento y controles de RCV, y se realizó un video educativo lo cual se visualizó en las respectivos televisores de las diferentes sedes de LADMEDIS IPS donde se evidencias los días conmemorativos relacionando definición, causas, sintomatología, factores de riesgo y prevención de la diabetes. Se abordó en la educación:</p> <p>El autocuidado es considerado por la OMS como “la capacidad de las personas, las familias y las comunidades para promover la salud, prevenir enfermedades, mantener la salud y hacer frente a las enfermedades y discapacidades con o sin el apoyo de un proveedor de atención médica”.</p> <p>Resulta no solo necesario, sino imprescindible llevar a cabo hábitos que favorezcan nuestra salud física y mental, algo que cobra especial relevancia cuando hablamos de la cronicidad de una enfermedad tales como la Hipertensión y Diabetes.</p> <p>Cuando hablamos de autocuidado tenemos que basarnos en estas tres áreas: el autocuidado físico, el autocuidado social y el autocuidado emocional. Y estas tres esferas necesitan de nuestra atención. Así, el</p>			

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 2 de 17	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

autocuidado consistiría en la actitud mediante la cual seríamos responsables de nosotros mismos, de cubrir nuestras propias necesidades para lograr desarrollarnos personalmente.

### **Importancia del autocuidado en los pacientes crónicos**

Si el autocuidado es importante para todos, y es la base de la salud física y emocional, más aún para una persona con una **enfermedad crónica**; es una vía que permite afrontar las situaciones difíciles de manera que repercutan de la menor manera posible en su salud. En este punto cobra especialmente relevancia el **paciente activo**; aquél que es capaz de, aún con todas las emociones negativas que implica el padecer una enfermedad, es capaz de tomar las riendas y transformar esa experiencia en habilidades de autocuidado. ¿Cómo? Informándose, siendo proactivo, manteniendo su autonomía en la medida en la que su patología lo permita

### **Cambiando hábitos**

Los seres humanos vivimos entre **hábitos de conducta**. Se trata de comportamientos aprendidos que son resultado de acciones que repetimos frecuentemente de forma automática y habitual. Es una estrategia que nuestro cerebro utiliza para ahorrar esfuerzo, tiempo y energía, Y si bien automatizamos conductas como caminar, comer, etc...también lo hacemos con aquellas que no son positivas ni beneficiosas con nuestra salud, física y mental.

### **Hábitos de Autocuidado**

Debe incluir no solo la toma de los medicamentos en los horarios y dosis prescritas por el médico tratante, sino también la asistencia a las citas de control en los servicios de salud, la realización de exámenes médicos y el logro de estilos de vida saludables, que incluyen la práctica de actividad física regular, alimentación saludable, la disminución o abstinencia del consumo de alcohol y cigarrillos entre otras.

### **Haga actividad física de forma regular**

Realice 30 minutos de actividad física por día.

### **Reduzca el consumo de sal**

Recuerden que los alimentos procesados “esconden” mucha sal, y que muchos de los panes, embutidos, sopas y salsas tienen un contenido de sal muy alto. Si consume un alimento envasado, lo más fácil es guiarse por el etiquetado frontal y evitar aquellos rotulados **“ALTO EN SODIO”**. Saque ese salero de la mesa.

### **Frutas y verduras**

Coma 5 porciones de verduras y frutas frescas de distintos colores, cada día. Preferiblemente las verduras crudas o ligeramente cocidas.

### **Reduzca el consumo de calorías, grasas y azúcar**

Prefiera aquellos alimentos sin sellos **“ALTO EN”**.

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>	<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>	FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>	Página 3 de 17	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

Evite comer alimentos fritos, alimentos con grasas como mayonesa, el azúcar, dulces, bebidas y jugos azucarados.

### **Deje de fumar**

Fumar hace que las arterias se tapen más rápido, además de causar muchos otros problemas de salud. La presión arterial aumenta mientras se fuma un cigarrillo.

### **Reduzca el consumo de cafeína**

Tenga en cuenta que algunas bebidas o gaseosas contienen cafeína como el té, bebidas energéticas y otras. Tome de 6 a 8 vasos de agua al día.

### **Evite el consumo de alcohol**

Consumir más de tres bebidas de una sola vez puede elevar temporalmente tu presión arterial, puede reducir o aumentar el nivel de azúcar en la sangre, afectar los medicamentos para la diabetes y posiblemente causar otros problemas, pero consumir compulsivamente de manera reiterada puede provocar aumentos a largo plazo.

### **Haga actividades que la ayuden a relajarse**

El estrés sube la presión arterial, puede ser una barrera importante para el control efectivo de la glucosa. Evite el estrés dentro de lo posible, y tenga momentos de relajación. Uno puede relajarse de varias maneras, con un momento tranquilo a solas, socializando, realizando actividad física, riéndose o compartiendo con la familia y amigos.

### **Tome adecuadamente la medicación para la diabetes que le han prescrito**

Además de no olvidarse del tratamiento, es importante tomar la medicación en el momento del día que se le haya indicado. Hable con su médico para saber cuándo debe tomar las medicinas para la diabetes.

### **Debe seguir tratamientos preventivos para reducir el riesgo de complicaciones vasculares y el daño de diferentes órganos**

Los pacientes diabéticos tienen un riesgo elevado de presentar complicaciones cardiovasculares dado que desarrollan arteriosclerosis con más facilidad que las personas sin diabetes. Esto implica que se usted debe reducir al máximo sus factores de riesgo. Por ello:

- No fume.
- Mantenga un control óptimo de su presión arterial (generalmente inferior a 135/85 mmHg).
- Mantenga un control óptimo de su colesterol malo (colesterol-LDL). Para ello probablemente recibirá una medicina para el colesterol de la familia de las estatinas (pravastatina, simvastatina, atorvastatina o similar).

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 4 de 17	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

El objetivo es mantener un colesterol-LDL por debajo de 70 ó 100 mg/dL.

- Para prevenir el deterioro del riñón pueden recomendarle tratamiento con medicamentos utilizados para reducir la presión arterial del grupo de los inhibidores de la enzima convertidora de la angiotensina (captopril, enalapril, lisinopril, ramipril u otros) o de los inhibidores del receptor de la angiotensina 2 (losartán, irbesartan, olmesartan u otros). Estas medicinas pueden estar indicadas aunque su presión arterial sea normal.
- La administración de aspirina para prevenir el riesgo de complicaciones cardiovasculares en pacientes diabéticos es controvertida. Todos los pacientes diabéticos con antecedentes de ataque isquémico transitorio, ictus, angina de pecho, infarto de miocardio, revascularización coronaria o carotídea o problemas de riesgo en las piernas (es decir con enfermedad cardiovascular ya establecida), deben recibir 100 mg diario de aspirina (ácido acetilsalicílico). Su utilización en pacientes sin enfermedad cardiovascular no está clara. Algunas Sociedades no recomiendan tratar con aspirina y otras (como la Asociación Americana de Diabetes) recomiendan dar aspirina en la mayoría de diabéticos mayores de 50 años.

Vacunaciones en pacientes con diabetes

- Todos los pacientes con diabetes deben vacunarse anualmente de la gripe.
- Todos los pacientes mayores de 2 años con diabetes, deben recibir la vacuna del neumococo. Los mayores de 65 años deben revacunarse si no han recibido la vacuna en los últimos 5 años. Los pacientes con problemas graves de riñón deben también revacunarse.
- Los pacientes adultos con diabetes deben recibir la vacuna de la hepatitis B.

Cuidados especiales en los pies y en las heridas

Los pacientes con diabetes pueden tener una menor sensibilidad en alguna parte de su cuerpo, generalmente en las piernas y pies. A su vez, en la diabetes avanzada, son frecuentes los problemas de circulación, con una mala llegada de sangre a las piernas debido a la presencia de arteriosclerosis. Por ello, las personas diabéticas pueden hacerse pequeñas heridas o rozaduras que no notan por la ausencia de dolor, que pueden aumentar de tamaño y ser difíciles de curar, sin cicatrizar por la falta de riego. La presencia de alteraciones previas en los pies (pies planos, pies cavos, juanetes, etc.) facilita el que se desarrollen estos problemas. Por todo esto los pacientes con diabetes deben:

- Seleccionar adecuadamente un calzado cómodo que no favorezca la aparición de heridas, debiendo valorar la utilización de calzado ortopédico. Para evitar rozaduras es conveniente utilizar calcetines sin costuras.
- Vigilar que no haya ningún objeto en el interior de los zapatos antes de calzarlos.
- Inspeccionar diariamente los pies para identificar pequeñas heridas o zonas de rozaduras.
- Mantener una óptima higiene de los pies, debiendo estar limpios e hidratados.
- Buscar cuidado especializado para el manejo de los callos y el corte de las uñas.
- Evitar caminar descalzo y otras acciones que puedan favorecer el hacerse una herida. Llevar siempre calzado puesto.
- No utilizar nunca bolsas de agua caliente o cualquier otro sistema para dar calor a los pies.
- Recibir cuidados por parte de personal especializado (podólogos).
- Consultar de forma inmediata cuando aparezca alguna lesión que pueda complicarse.

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 5 de 17	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

•Controlar de forma óptima el azúcar en sangre y los factores de riesgo cardiovascular.  
Cuidados especiales de los ojos

Los pacientes con diabetes tienen un mayor riesgo de padecer cataratas, glaucoma y problemas en la retina que los no diabéticos. El control de los factores de riesgo (colesterol, tensión arterial y tabaquismo) y el buen control del azúcar en sangre, son los únicos factores que pueden prevenir o retrasar la aparición de estas enfermedades. Es necesario que el paciente con diabetes realice revisiones periódicas de sus ojos para poder detectar de forma temprana alguna de estas enfermedades y pueda procederse a su tratamiento precoz.

**Cuidados en situaciones especiales**

En diversas situaciones especiales las personas con diabetes deben seguir recomendaciones específicas:

¿Qué debo hacer si soy diabético y tomo pastillas o me pongo insulina y tengo que estar en ayunas para una prueba? En general si el ayuno es muy corto, por ejemplo, por un análisis de sangre, se puede esperar a realizarse el análisis para desayunar más tarde y ponerse entonces la insulina o tomar la pastilla con el desayuno. Si el ayuno es más prolongado es posible que no exista ningún inconveniente para posponer o saltarse la toma de una pastilla, sin embargo, se debe de comentar con el médico qué se debe hacer con la inyección de insulina.

¿Qué hago si estoy enfermo por cualquier otra causa? Cualquier enfermedad intercurrente puede hacer que el nivel de azúcar en la sangre suba demasiado. Por tanto, si tengo alguna otra enfermedad que me produzca fiebre o que pueda ser seria (una gripe, un catarro fuerte, una neumonía, una gastroenteritis, etc.) debe:

- Medirse el nivel de azúcar en la sangre cada menos tiempo, por ejemplo, cada poca hora.
- Si no vomita, debe continuar con las medicinas para la diabetes, aunque no tenga apetito y coma poco. En ese caso es conveniente que tome con frecuencia líquidos azucarados, sopas o incluso helados.
- Si se está inyectando insulina y no come, deberá reducir la cantidad de insulina que se debe inyectar para no tener una hipoglucemia. Consúltelo con su médico.
- En las personas con diabetes tipo 1, el cuerpo produce acetona (cetonas) cuando el nivel de azúcar en la sangre es alto. Por ello es conveniente medirse la producción de cetonas en orina con una tira reactiva de orina si:
  - Su nivel de azúcar en la sangre es mayor de 240 mg/dL.
  - Tiene vómitos que le impiden comer o beber.

**Nivel bajo de azúcar en la sangre (hipoglucemia)**

Un nivel bajo de azúcar en la sangre puede producir mareo, temblores, debilidad, confusión, irritabilidad,

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 6 de 17	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

hambre o cansancio. Es posible que sude mucho o que tenga dolor de cabeza. Si tiene estos síntomas, mídase el nivel de azúcar en la sangre. Si es menor de 70 mg/dL tiene una hipoglucemia (azúcar bajo en sangre). La hipoglucemia es una situación muy peligrosa porque si es importante puede llevar a la pérdida del conocimiento e incluso a la muerte. Por este motivo, si usted sospecha que puede tener una hipoglucemia y no tiene a mano la posibilidad de medirse el azúcar en sangre o no le da tiempo de hacerlo no lo dude, actúe como si la tuviera y consuma de forma inmediata:

- Azúcar.
- Gel de glucosa.
- Cualquier zumo de frutas o bebida azucarada (limón, cola, etc.).
- Leche.
- Varios caramelos.
- Miel, mermelada.
- Cualquier cosa dulce.

Después de 15 minutos, mídase de nuevo el nivel de azúcar en la sangre. Si todavía está bajo, consuma otra porción. Repita estos pasos hasta que su nivel de azúcar en la sangre sea 70 mg/dL o mayor. Además, coma un tentempié si va a pasar una hora o más antes de la siguiente comida.

No existe ningún problema por tomar estos alimentos y no tener realmente una hipoglucemia. Como mucho, el azúcar en sangre, subirá algo más de lo habitual pero no tendrá ninguna consecuencia para su salud. Es mucho más peligroso tener el azúcar bajo que alto.

En pacientes con riesgo de hipoglucemia grave es conveniente disponer en su casa de inyecciones de glucagón. Si un paciente pierde totalmente el conocimiento como consecuencia de una hipoglucemia es evidente que no puede comer ni beber nada. En estas circunstancias la única manera de recuperar su azúcar en sangre y poderle despertar es ponerle sueros con azúcar (algo no accesible de forma inmediata en un domicilio) o inyectarle una jeringa ya precargada de glucagón por parte de un familiar previamente entrenado. Esta inyección puede salvarle la vida.

Las hipoglucemias pueden producirse por haberse inyectado más insulina de la necesaria, por haber ingerido menos comida de la habitual o por haber hecho más ejercicio del habitual. Son frecuentes con los cambios de dosis. Las hipoglucemias producidas por insulinas lentas duran mucho más tiempo que las hipoglucemias producidas por la inyección de insulinas rápidas. Por este motivo si su azúcar baja mucho y se recupera tras comer cosas dulces manténgase atento porque puede bajar de nuevo otra vez. Las hipoglucemias también pueden ocurrir con medicamentos para la diabetes. En este caso suelen también ser prolongadas y pueden reaparecer tras haberse recuperado inicialmente. Si no sabe por qué ha podido tener la hipoglucemia pregunte a su médico o inyéctese una menor cantidad de insulina que la que se inyectó y le provocó la bajada de azúcar.

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 7 de 17	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

### Otras consideraciones para pacientes con diabetes

**Embarazo.** No existen inconvenientes para el embarazo en las mujeres con diabetes, sin embargo, el embarazo de estas mujeres se considera de alto riesgo y requiere una serie de controles especiales.

**Conducción.** El riesgo principal de la conducción es el desarrollo de una hipoglucemia (bajada de azúcar) por este motivo, los pacientes diabéticos deben de ser educados sobre la importancia del control del azúcar y la conveniencia de realizarse controles antes de viajar a destinos lejanos:

- No debe iniciar la conducción si la glucosa en sangre está demasiado baja (menor de 100 mg/dL).
- Lleve siempre en el coche alimentos ricos en azúcar.
- Si tiene síntomas que sugieren hipoglucemia detenga inmediatamente el coche.
- Evite conducir si recientemente le han modificado la dosis del tratamiento o le han añadido una nueva medicación para la diabetes.
- Proteja siempre su medicación del frío y del calor.
- Tenga cuidado con sus problemas de visión.
- En nuestro país, los pacientes tratados con pastillas (antidiabéticos orales) deben aportar un informe reciente del médico que les permita la conducción siendo el periodo de vigencia del carnet a criterio facultativo. Los pacientes que reciben tratamiento con insulina deben aportar un informe del especialista que indique que la enfermedad está bien controlada y que el paciente conoce los riesgos de la conducción en sus circunstancias, siendo el periodo máximo de vigencia de 4 años.

### ¿Cuándo debo acudir a la urgencia hospitalaria?

Una persona con diabetes debe acudir a la urgencia si:

- Pierde el conocimiento.
- Su nivel de glucosa en sangre es muy elevado, generalmente por encima de 400 o 500 mg/dL.
- Durante varios días mantiene niveles altos de azúcar (mayores a 250 mg/dl) pero no puede acceder a su médico de atención primaria.
- Tiene mareo o somnolencia continua.
- Tiene vómitos que le dificultan comer.
- En cualquier otra situación que usted pueda considerar grave.

### ¿Cuándo debe acudir a su médico de atención primaria?

Se debe consultar con el médico de atención primaria si:

- Sus niveles de glucosa se mantienen altos durante varios días.

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 8 de 17	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

- Tiene varias determinaciones con azúcar en sangre por debajo de lo normal.
- Si presenta fiebre.
- Si tiene cualquier otra enfermedad intercurrente.

<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>
<b>Socialización, presentación de diapositivas</b>	<b>Humanos, logísticos y tecnológicos</b>

**IMPACTO / RESULTADO ESPERADO**

Los usuarios del programa de riesgo cardiovascular se concienticen de la importancia del autocuidado de la salud.

**MÉTODO / MECANISMO DE EVALUACIÓN DE EFICACIA**

Al finalizar la jornada se abre espacio de preguntas y observaciones sobre la temática desarrollada.

**IMPACTO / RESULTADO OBTENIDO / OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES:**

Los usuarios de Ladmedis IPS conocen sobre el autocuidado de la salud para la prevención de la enfermedad de la DM.

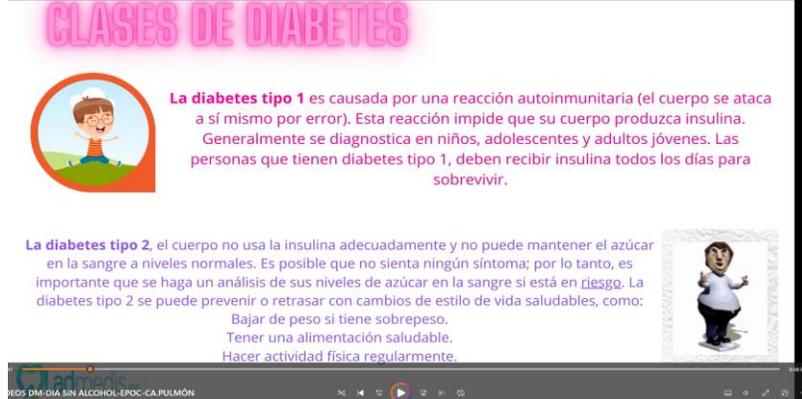
<b>NOMBRE DEL RESPONSABLE:</b> ELIZBETH CÁRCAMO TORRES Y AUXILIARES DE ENFERMERIA.	<b>FIRMA DEL RESPONSABLE:</b> <i>ELIZBETH CÁRCAMO TORRES</i>
---	---

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 9 de 17	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

### ANEXOS

### VIDEO EDUCATIVO



	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 10 de 17	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**



**La diabetes gestacional** aparece en mujeres embarazadas que nunca han tenido diabetes. Si usted tiene diabetes gestacional, su bebé podría estar en mayor riesgo de presentar complicaciones de salud. La diabetes gestacional generalmente desaparece después de que nace el bebé. Sin embargo, aumenta el riesgo de que usted tenga diabetes tipo 2 más adelante en la vida. Es más probable que su bebé tenga obesidad cuando sea niño o adolescente y que presente diabetes tipo 2 más adelante en la vida.

### Día Mundial de la Diabetes



**SÍNTOMAS DE LA DIABETES**

- POLIURIA**: Excreción abundante de orina
- POLIDIPSIA**: Necesidad exagerada y urgente de beber
- NAÚSEAS Y OCASIONALMENTE VÓMITOS**
- CANSANCIO Y FATIGA**
- POLIFAGIA**: Excesivo deseo de comer
- VISIÓN BORROSA**
- ENTUMECIMIENTO Y HORMIGUEO EN MANOS Y PIES**
- INFECCIONES FRECUENTES EN PIEL, TRACTO URINARIO Y VAGINA**

### PRINCIPALES CAUSAS



- **SOBREPESO U OBESIDAD**
- **DIETA ALTA EN AZÚCARES, SAL Y GRASAS**
- **ANTECEDENTES FAMILIARES O FACTORES GENÉTICOS**
- **SEDENTARISMO**
- **MANTENER NIVELES DE COLESTEROL Y TRIGLICÉRIDOS ALTOS**

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 11 de 17	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**



**Infograma**

**Día mundial de la diabetes**  
**14 DE NOVIEMBRE**  
**HABLEMOS SOBRE LA DIABETES**

**¿Qué es?**  
La **DIABETES MELLITUS** es una enfermedad crónica en la cual nuestro cuerpo no puede regular la cantidad de azúcar en la sangre, produciendo que esta se acumule y no pueda llegar a nuestros músculos o células para generar la energía que necesitamos.

**como se manifiesta**

- Mucha sed
- Deseos frecuentes de orinar
- Hambre extrema
- Pérdida de peso

**Como prevenirlo**  
Generar hábitos de vida saludable como realizar ejercicio, comer saludablemente y disminuir el estrés hará que disminuyan los riesgos.

**Factores de riesgo**  
Aumento considerable de peso, sedentarismo, consumo de alimentos pocos saludables (chatarra) , son algunos de los factores que pueden aumentar el riesgo de generar diabetes mellitus.

**RECUERDA LA BUENA ADHERENCIA AL TRATAMIENTO Y CONTROLES DE RIESGO CARDIOVASCULAR AYUDAMOS A CONTROLAR ESTA ENFERMEDAD**

**UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE ES NECESARIO RECONSIDERAR, PARA QUE UNA DIABETES PUEDAS EVITAR**





	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 12 de 17	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**




**“Hola,**  
soy Alberto, tengo 62 años. **Hace 10 años, me diagnosticaron diabetes,** pero no lo tomé en serio. No asistía a los controles, no me tomaba los medicamentos, ni me alimentaba bien y tampoco hacía ejercicio.

**Hace unas semanas todo cambió.** Estuve en la clínica en UCI por una descompensación. Mis riñones fallaron, ya que la diabetes avanzó mucho. Ahora estoy en diálisis.



**Hace 5 años me diagnosticaron diabetes.** Me iniciaron insulinas y debía aplicármelas varias veces al día, no lo hacía con juicio, tampoco dieta, ni ejercicio. Una noche sufrí un infarto y me ingresaron a la UCI. Al salir de la clínica, me di cuenta que tenía que **mejorar mi autocuidado, alimentación y hacer ejercicio.**



Hoy, 2 años después, estoy feliz porque mi médico me dijo que no necesito más insulina y **requiero menos medicamentos para controlar la diabetes.** Bajé de peso, me siento más fuerte y con energía.




Solo quiero decirte que si te diagnosticaron diabetes, toma tus medicamentos tal cual te los indica el médico, hazte los exámenes que te ordenan en el programa y sigue las recomendaciones de dieta y ejercicio, porque todo esto te ayudará a controlar la enfermedad y proteger tus órganos. ”



Quiero recomendarte, incluso si no tienes diabetes, que **hagas actividad física y cuides tu alimentación.** ”



**MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES**

**MPG-03-F-04-3**

**GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO**

**FECHA**  
27/05/2021

**VERSIÓN**  
1

**ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN**

Página 13 de 17

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

**EVIDENCIAS DE ASISTENCIA**

Ladmedis		FORMATO CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS		F-CE-EDU-01		
				FECHA: 05/08/2020	VERSION: 01	
<b>CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS</b>						
TEMA: Día Mundial de la Diabetes						
FECHA: 14-11-2024						
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Captación y Educación de Usuarios pertenecientes a Ladmedis IPS						
RESPONSABLE: Enfermera Profesional y Auxiliar de Enfermería						
ORDEN	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	EDAD	TELEFONO	EPS	FIRMA
	Astrid Carolina Pinca Diaz	7-090412305	33	3115066585	Sanitas	Astrid Pinca
	Astrid Carolina Herrera Wade	1092364647	31	3226319864	Sanitas	Astrid Herrera
	Nancy Bayona Corde	1090401132	34	3043911078	Sanitas	Nancy Bayona
	Shirley Andrea Fuentes Lopez	1093025054	26	3107911171	Sanitas	Shirley Fuentes
	Luz Niela Lizcano Novairo	1090439012	32	3212624205	Sanitas	Luz Niela
	Astrid Carolina Rodriguez B.	1093590828	18	3208182658	Sanitas	Astrid Rodriguez
	Diana Carolina Zamora	60448234	38	3208182658	Sanitas	Diana Zamora
	Angely Arismendi Ospina	1093296589	19	3124802853	Sanitas	Angely Arismendi
	Yeny Valdez Carrero	60328158	55	3213598648	Sanitas	Yeny Valdez
	Marta Yessenie Solano	32782429	42		Sanitas	Marta Solano
	Astrid Carolina Flores Polanco	1094762500	35	3164892340	Sanitas	Astrid Flores
	Ligia Helena Anyarita	22548136	42	3224626490	Sanitas	Ligia Anyarita
	Micaela Daniela Ramirez Gutierrez	1093594889	10	3223019031	Sanitas	Micaela Ramirez
	Jelby Vanessa Vargas Aguiar	109199867	21	3105786486	Sanitas	Jelby Vargas
	ELCT SUESCUI MORA	57274163	44	3132353829	Sanitas	ELCT SUESCUI

Ladmedis		FORMATO CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS		F-CE-EDU-01		
				FECHA: 05/08/2020	VERSION: 01	
<b>CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS</b>						
TEMA: Día Mundial de la Diabetes						
FECHA: 14-11-2024						
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Captación y Educación de Usuarios pertenecientes a Ladmedis IPS						
RESPONSABLE: Enfermera profesional y Auxiliar de Enfermería						
ORDEN	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	EDAD	TELEFONO	EPS	FIRMA
	Laura Vanessa Sanchez Lopez	7090509139	26	30228913606	Sanitas	Laura Sanchez
	Laury Brigit Caro Becerra	1115727085	17	322470414	Sanitas	Laury Caro
	Marta Cecilia Garcia Heredia	60387533 de exuta	47	3115544042	Sanitas	Marta Garcia
	Luz Mery Tascara	37322272	42	9721253719	Sanitas	Luz Mery
	Jessica Patricia Villamizar	1090440106	32	3203161591	Sanitas	Jessica Villamizar
	Maria Alejandra Lopez	1005029958	22	3007207172	Sanitas	Maria Lopez
	Mauri Nadecku-purari-Longueira	1127334065	17	3204853440	Sanitas	Mauri Longueira
	Maria Pamela Rojas Arevalo	1090534601	23	3243491811	Sanitas	Maria Rojas
	Erica Paola Hernandez R	1090446396	31	3132919759	Sanitas	Erica Hernandez
	Carolina Granados	604445021	40	322366152	Sanitas	Carolina Granados
	Yennifer Suarez Agudelo	1090491320	29	3164851466	Sanitas	Yennifer Suarez
	Enny Julith Marguel	1091908118	18	3204610824	Sanitas	Enny Marguel
	Flor Norma Uribe Sanchez	60360996	50	3228809989	Sanitas	Flor Uribe
	Silvana Daniela Prieto R.	1090396413	35	3058767475	Sanitas	Silvana Prieto
	Sandra P Becerra	60359426	49	3175128025	Sanitas	Sandra Becerra



MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES

MPG-03-F-04-3

GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO

FECHA  
27/05/2021

VERSIÓN  
1

ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN

Página 14 de 17

INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

Ladmedis TAMIZAJE RIESGO CARDIOVASCULAR

FECHA: 14-11-2024 Día Mundial de la Diabetes

NO	NOMBRE	ID	Número de Identificación	EDAD	SEXO	TELEFONO	ANTECEDENTE	TALLA	PESO	GLUCOMETRIA	FIRMA
1	Luis Lopez	CC	88216189	49	M	3133106439	Diabetes	175	100	186	[Firma]
2	Alex Mendoza	CC	60282245	63	f	320967028	Hta y Tiroides	161	68	108	[Firma]
3	Alfonso Rujeles	CC	19186160	72	M	3202882025	Diabetes	163		150	[Firma]
4	Zulay Pallares	CC	1093751320	35	f	315067080	-	172	107	122	[Firma]
5	Samuel Quintero	CC	79538381	54	M	306820481	Diabetes	180	93	259	[Firma]
6	Daisy Becerra	CC	1090498969	25	f	3017416015	-	161	54	84	[Firma]
7	Williams Barrantes	CC	1005038830	23	M	322454614	-	183	74	113	[Firma]
8	Adriana Ramirez	CC	1090444159	29	f	312893667	-	156	84	87	[Firma]
9	Sandra Mardaga	CC	10910481348	30	f	52035615	Hta	156	72	84	[Firma]
10	Karen Delgado	CC	109056089	26	f	320242858	MEMORIA	159	60	138	[Firma]
11	Elizabeth Padilla	CC	1004184455	22	f	3278554143	Hta	163	49	94	[Firma]
12	Esneider Comedov	CC	1090456299	28	M	316352151	-	173	65	119	[Firma]
13	Kimberly Padilla	CC	1091355100	14	f	3279412640	-	160	59	89	[Firma]
14	Bibiana Ortega	CC	1092344978	32	f	314444468	-	163	89	62	[Firma]
15	Maria P. Rosales	CC	123045391	27	f	327435011	-	167	81	77	[Firma]
16	Elizabeth Manzano	CC	60334585	56	f	3219043264	Diabetes	156	67	111	[Firma]
17	Alemania Cuevas	CC	60347408	53	f	318012127	-	160	73	139	[Firma]
18	Cristian Laguarda	TI	1092537585	14	M	3001501493	-	167	85	111	[Firma]
19	Jose Aramburo	CC	19853686	70	M	310257970	-	173	58	100	[Firma]

Ladmedis TAMIZAJE RIESGO CARDIOVASCULAR

FECHA: 14-11-2024 Día Mundial de la Diabetes.

NO	NOMBRE	ID	Número de Identificación	EDAD	SEXO	TELEFONO	ANTECEDENTE	TALLA	PESO	GLUCOMETRIA	FIRMA
1	Sonia P. Silva	CC	60401412	58	F	3275117605	Hipertension	1.63	73	88 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
2	Mario Galvis	CC	1090410641	36	F	3118829073	-	1.59	61	95 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
3	Andrea Cacerdo	CC	37271059	43	F	3119807409	-	1.60	61	110 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
4	Zulay Diaz	CC	37392528	40	F	3227005813	Diabetes	1.63	104	191 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
5	Gerardo Galvez	CC	1004911502	37	M	312255435	-	1.63	67	105 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
6	Juan Carlos Caye	CC	13463870	61	M	3008071402	Hipertension	1.67	72	114 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
7	Herardo Pabon	CC	13480094	63	M	3134672448	Hipertension	1.72	80	130 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
8	Leyla Medina	CC	37233028	72	F	315045161	Diabetes	1.57	45	139 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
9	Saul R. Poca	CC	2735612	65	M	318789089	Cardiomegalia	1.79	50	105 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
10	Fabio Crisofancho	CC	13171343	60	M	301602492	-	1.62	89	97 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
11	Olga Duarte	CC	60309900	61	F	3143870808	-	1.55	72	109 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
12	Yohana Gomez	CC	1090459336	32	F	321626412	-	1.49	39	80 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
13	Mirella Rodriguez	CC	26584936	55	F	3183721326	-	1.55	66	100 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
14	Fabian Vega	CC	1093774076	37	M	319052141	-	1.69	74	112 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
15	Victor M. Galavis	CC	3724614	40	M	320183271	-	1.47	28	120 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
16	Fredy Salamanca	CC	88222971	50	M	3026527106	-	1.61	71	116 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
17	Eva Roperio	CC	60303799	60	F	3201639509	-	1.58	66	128 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
18	Luis Duarte	CC	13304669	54	M	3158138180	-	1.68	83	98 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]
19	Carolina Garcia	CC	27603359	43	F	3132775114	-	1.6	83	106 <sup>mg/dl</sup>	[Firma]



	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 16 de 17	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS**



	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 17 de 17	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

