PROGRAMA PARA LA PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO

OBJETIVO

Implementar estrategias y acciones que favorezcan el desarrollo de una cultura del autocuidado de la salud y la adquisición de estilos de vida saludables en los pacientes que hacen uso de los servicios de salud ofertados en la institución.

ALCANCE

Aplica para los pacientes a los cuales se les realiza procedimientos quirúrgico y/o diagnósticos en la Clínica de Oftalmología San Diego Cúcuta.

¿QUÉ ES EL AUTOCUIDADO?

Conjunto de acciones que practica una persona para controlar los factores internos o externos, que pueden afectar su salud.

El acto de cuidar de uno mismo requiere de una serie de conductas:

- Toma de conciencia del propio estado de salud.
- Disposición de adoptar una cultura de autocuidado (hábitos saludables, adherencia a prácticas seguras).
- Analizar los pro y los contra de las alternativas.
- Tomar una decisión acerca de la situación de salud.
- El compromiso de atender a recomendaciones de su medico tratante.

ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO DE SU SEGURIDAD

Ilustrar al paciente en el autocuidado de su seguridad favorece el desarrollo personal y social en la medida que se aporte información sobre el cuidado, educación sanitaria para tomar decisiones informadas y se perfeccionen las aptitudes indispensables para la vida; teniendo en cuenta que de esta manera se aumentan las opciones disponibles para que la gente pueda ejercer un mayor control sobre su salud y el medio social y natural, y así opte por todo aquello que propicie la salud.

1, Promover en los pacientes la importancia de indagar sobre su condición de salud, beneficios, riesgos y tratamiento a seguir; así como la adherencia a los cuidados comunicados por su medico tratante, posterior a la realización de un procedimiento quirúrgico y/o diagnóstico

Acciones. Informar a los paciente y familiares sobre los aspectos a interrogar durante su atención e importancia de los cuidados en casa después de realizarse un procedimiento quirúrgico, de láser y/o angiografía..

Medio de comunicación. Pasar videos en salas de espera, publicarlos en la página web

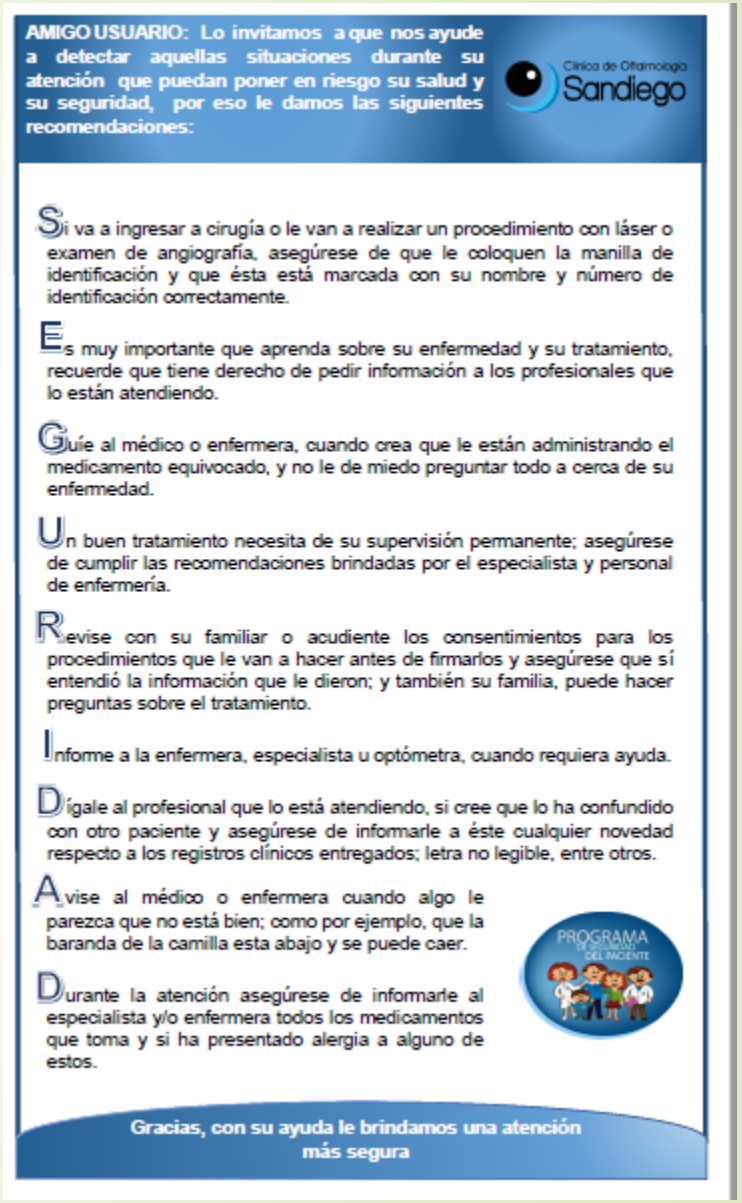
¿SOBRE QUÉ ASPECTOS DEBO INTERROGAR?

- ¿Cuál es mi problema principal? (¿Qué enfermedad tengo?).
- ¿Qué debo hacer? (¿Qué tratamiento debo seguir?).
- ¿Por qué es importante para mí hacer eso, qué beneficios y riesgos tiene?
- ¿A quién acudir cuando hay sospecha de riesgos para la atención?

2. Orientar al paciente en cómo puede ser participe de su seguridad

Acciones. Educar al paciente en cómo puede ser participe de su seguridad.

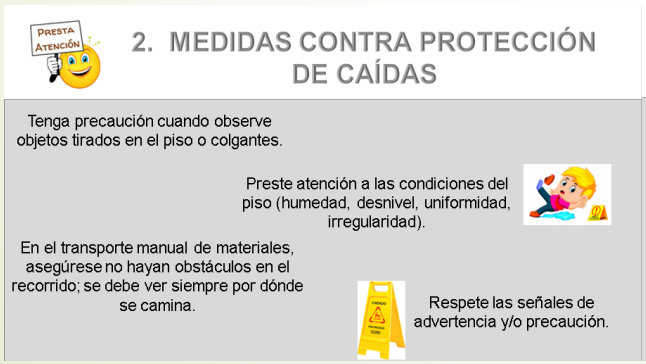
Medio de comunicación. Afiches informativos



3. Compartir con los pacientes practicas para el autocuidado

Acciones. Educar al paciente y acompañante sobre las prácticas seguras a adoptar para la prevención de enfermedades y accidentes.

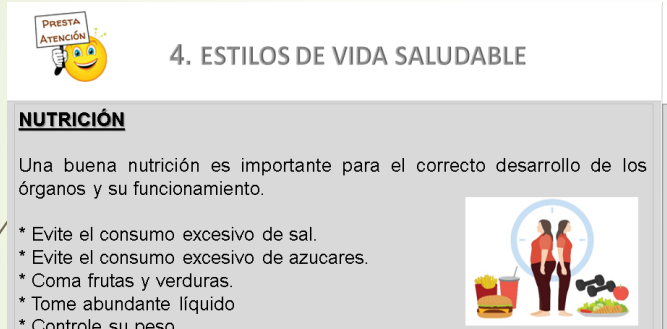
Medio de comunicación. Pasar videos en salas de espera, publicarlos en la página web.

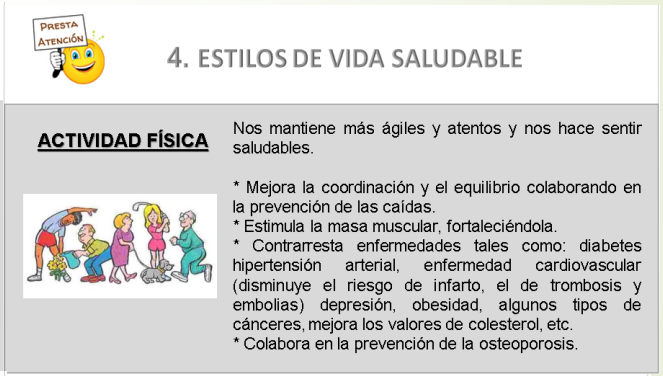


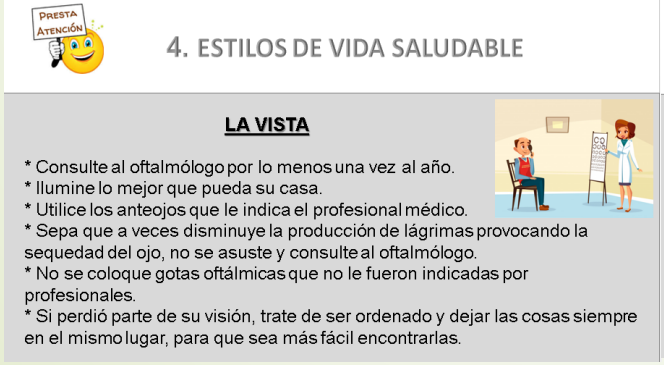
4. Promover en los pacientes estilos de vida saludable

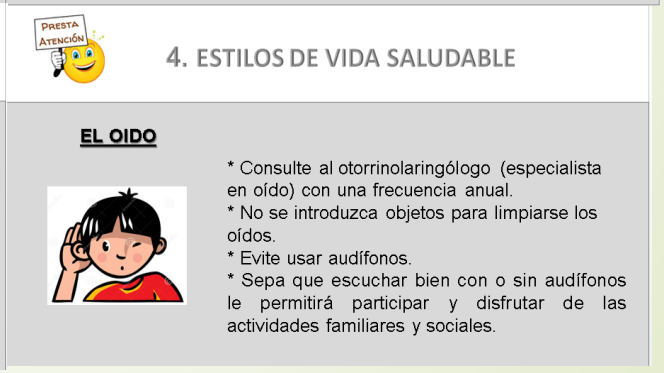
Acciones. Educar al paciente y acompañante sobre los estilos de vida a adoptar para mantenerse más sanos y con menos limitaciones funcionales.

Medio de comunicación. Pasar videos en salas de espera, publicarlos en la página web.









5. Entregar por escrito indicaciones post quirúrgicas

Acciones. Establecer y documentar las indicaciones posteriores a la realización de un procedimiento quirúrgico, de láser o examen de angiografía, que serán entregadas a los pacientes y dejar constancia de la entrega.

Medio de comunicación. Documento físico