

## DEBERES

- ♦ Cuidar de su salud y la de los demás
- ♦ Informar en forma oportuna, clara, veraz y completa las circunstancias relacionadas con su estado de salud
- ♦ Facilitar el cumplimiento de las normas legales y éticas
- ♦ Cuidar y hacer uso racional de los recursos, instalaciones, dotación, servicios y prestaciones sociales y laborales.
- ♦ Colaborar con el cumplimiento de normas, reglamentos e instrucciones de la institución y el equipo tratante.
- ♦ Solicitar el cumplimiento de sus derechos, en equilibrio justo con los derechos de los demás.



- ♦ Respetar la intimidad de los demás pacientes.
- ♦ Tratar con respeto y dignidad a las personas que lo atienden, a los demás pacientes y a los familiares y allegados.
- ♦ Hacerse a sí mismo y hacer a los suyos parte activa del equipo humano de tratamiento.
- ♦ Canalizar por el conducto regular sus quejas, reclamos y sugerencias.



**MediFORT<sup>®</sup> ips**  
MEDICINA Y FORTALECIMIENTO  
TERAPEUTICO

**CONTACTOS**  
CEL. 3175176359  
TEL. 7231989  
**DIRECCION:** Calle 13 Numero  
30 A 61 Barrio San Ignacio.  
**MEDIFORT IPS**

## DERECHOS Y DEBERES COMO PACIENTE



### ¿Qué es un Derecho en salud?:

Se refiere tanto al derecho de las personas a obtener un cierto nivel de atención sanitaria y salud, como a la obligación del Estado de garantizar un cierto nivel de salud pública con la comunidad en general.

**¿Qué es Deber?** Es estar obligado a algo por una ley o norma.

**MediFORT<sup>®</sup> ips**  
MEDICINA Y FORTALECIMIENTO  
TERAPEUTICO

**¿Qué es Salud?:** La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social.



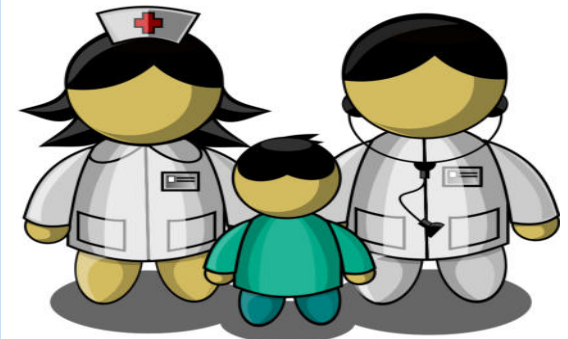
**¿Qué es Enfermedad?:** Alteración o desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible.



## DERECHOS

- ♦ A elegir el personal de salud tratante.
- ♦ A una información suficiente, oportuna, veraz y comprensible para el acceso a los servicios.
- ♦ A un trato digno respetando sus creencias y costumbres, así como las opiniones personales que tenga sobre la enfermedad que sufre.
- ♦ Confidencialidad de su historia clínica.
- ♦ Que se le respete la voluntad de participar o no en investigaciones.
- ♦ A que se le preste durante todo el proceso de la enfermedad, la mejor asistencia médica disponible, con política de seguridad del paciente, prestación de servicios médicos con calidad, respetando los deseos del usuario en el caso de enfermedad irreversible.

- ♦ Que se le respete la voluntad de aceptación a rehusar la donación de sus órganos para que estos sean trasplantados a otros enfermos.
- ♦ Morir dignamente y a que se le respete su voluntad de permitir que el proceso de la muerte siga su curso natural en la fase terminal de su enfermedad.
- ♦ A recibir información acerca de los costos por los servicios obtenidos.
- ♦ Recibir o rehusar apoyo espiritual o moral cualquiera que sea el culto religioso que profesa.



## ADULTOS MAYORES

**7.** "Quiero disponer de mi tiempo libre. A veces, me satisface cuidar a familiares, nietos o nietas y, a veces, también que me cuiden"

**8.** "Necesito que, cuando me llames o me acompañes, nos hablemos con buen tono, sin gritar ni utilizar expresiones infantiles"

**9.** "Me gustaría que mi entorno sea respetuoso, acogedor, seguro y participativo, donde pueda realizar las actividades que me gustan"

**10.** "Quiero que, me acompañes y ayudes conforme a mi voluntad y deseos, cuando me llegue el final".



## EN EL TRABAJO

**1. SALUDA** a tus compañeros. Se respetuoso.

**2. SONRIE** Sin duda con ello aportas alegría al trabajo.

**3. ESCUCHA** y acepta con empatía las opiniones diferentes de tus compañeros.

**4. INFORMATE** Siempre es mejor estar al día en las actividades y proyectos.

**5. COLABORA** con tus compañeros recuerda que tú también puedes necesitar ayuda. Colabora a los compañeros nuevos.

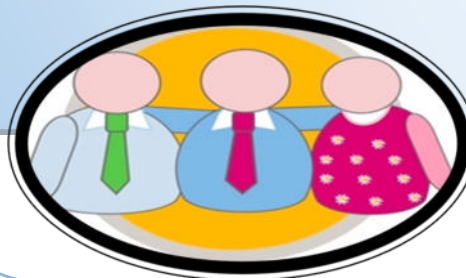
**6. DISFRUTA** tu trabajo y pásalo bien, el humor crea ambientes de agrado y éxito.

**7. FELICITA** lo bueno, reconoce el trabajo de tus compañeros.

**8. PIDE DISCULPAS** reconocer cuando te equivocas te engrandece.

**9. PIDE POR FAVOR Y DA LAS GRACIAS** recuerda que son palabras mágicas.

**10. HAZ UN GESTO AMABLE** todos los días. Veras como mejora el clima de tu trabajo.



## DECÀLOGO DEL BUEN TRATO.



**Dirección:** calle 13 Numero 30 A  
61 Barrio San Ignacio

**Pasto**

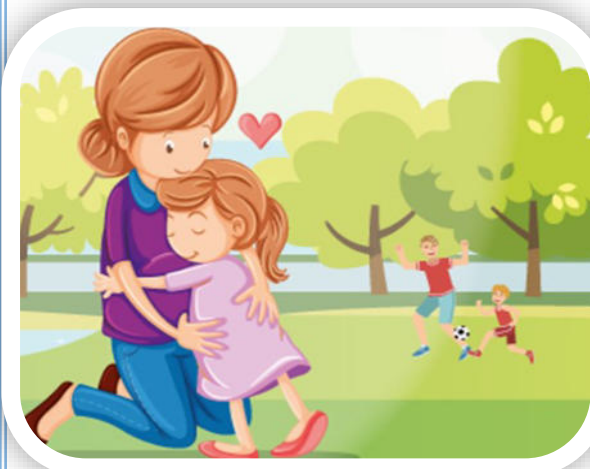
**Teléfono:** 3175176359

## Por el buen trato de nuestros niños, niñas y adolescentes.

- 1** Exprésales todos los días tu amor, con abrazos y palabras cariñosas.
- 2** Escúchalos siempre con atención, míralos a los ojos y cree en lo que te dicen.
- 3** Acéptalos como son con sus diferencias y gustos.
- 4** Reconóceles sus cualidades, así fortalecerás su autoestima y confianza.
- 5** Ayúdales a resolver los conflictos mediante el dialogo y facilítalos que lleguen a acuerdos de sana convivencia.
- 6** Dedícales tiempo para la diversión, juega siempre con ellos.
- 7** Enséñales con el buen ejemplo.
- 8** Estimula el aprendizaje, valorando sus logros.

## Por el buen trato de nuestros niños, niñas y adolescentes.

- 9** Dialoga permanentemente y fortalece en ellos los valores.
- 10** Conoce, enseña y respeta los derechos de los niños, niñas y adolescentes para garantizar su cumplimiento.



Medi**FORT**<sup>®</sup>  
MEDICINA Y FORTALECIMIENTO  
TERAPEUTICO

## ADULTOS MAYORES

- 1** "Quiero seguir disfrutando de la vida, desde mi experiencia y mi sabiduría, con proyectos y sueños que cumplir"
- 2** "Necesito que respetes mi identidad, mis creencias y valores, mi dignidad, mi intimidad y mis derechos"
- 3** "Quiero hacer las cosas mientras sea capaz, aunque me cuesten más o me despiste alguna vez"
- 4** "Deseo elegir dónde quiero vivir, qué quiero hacer, cuándo y con quién quiero estar y que se respeten mis decisiones"
- 5** "Quiero controlar mis pertenencias, dinero, teléfono, elegir la ropa y mi cuidado personal mientras pueda"
- 6** "Necesito, querer y que me quieras, como en cualquier edad, aceptarte y que me aceptes, que me escuches y confíes en mí"

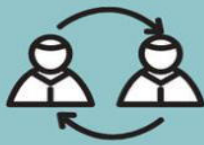


## DECÁLOGO

### HUMANIZACIÓN DE LOS SERVICIOS DE SALUD

#### 1 Comunicación

Comuníquese con el profesional para un buen entendimiento y relación.



#### 2 Escucha

Escuche y confía en su capacitación, saber hacer y responsabilidad. Encontrará comprensión y orientación especializada.



#### 3 Empatiza

Correspóndale ofreciendo amabilidad y consideración a su persona.



#### 4 Proporciona

Proporcione la información que le sea solicitada de manera sincera para facilitar sus cuidados y asistencia.



#### 5 Respeta

Recuerde que el profesional es una persona cuya dignidad debe ser respetada.



#### 6 Se amable

Trata de un modo amable, educado cortés a profesionales encargados de su procedimiento.

#### 7 Se paciente

Espera tu turno con amabilidad y respeto.

#### 8 Privacidad

Sepa que la privacidad, el respeto y la protección de datos ampara a todas las personas, tanto a pacientes como a profesionales.

## AUTOCAUIDADO Y HEMOFILIA

- Prevenga las hemorragias.
- Las hemorragias agudas deben recibir tratamiento precoz (dentro de las primeras dos horas, en la medida de lo posible).
- La terapia en el hogar sólo debe utilizarse para el tratamiento de episodios hemorrágicos leves/moderados.
- Tenga en cuenta que todas las hemorragias graves deben recibir tratamiento en un entorno clínico u hospitalario.
- antes de cualquier procedimiento invasor, debe administrarse concentrados de reemplazo de factor de coagulación o desmopresina a fin de lograr niveles de factor adecuados.
- Modifique su estilo de vida, evite traumatismos.

- Evite el uso de medicamentos como ácido acetilsalicílico (AAS) y medicamentos antiinflamatorios no esteroides. El uso analgésico de paracetamol/ acetaminofén constituye una alternativa segura.
- Evitar inyecciones intramusculares, flebotomías difíciles y punciones arteriales.
- Hacer ejercicio con el fin de desarrollar músculos fuertes, proteger articulaciones y mejorar la condición física.
- Evitar los deportes de contacto y fomentar la natación y el ciclismo, con el equipo adecuado.



## AUTOCAUIDADO



**ACCIONES Y  
DECISIONES POR TU  
SALUD.**

**¿QUE HAS  
HECHO?**

**¿QUE ESTAS  
HACIENDO?**

**¿QUE VAS A  
HACER?**

# AUTOCUIDADO

La Organización Mundial de la Salud define el autocuidado 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", de manera que es una responsabilidad con nuestra propia integridad física y mental.



## Entre las acciones claves para el autocuidado se encuentran:

- \* Alimentarse saludablemente, esto puede ser con la guía de su médico tratante o nutricionista.
- \* Hacer actividad física mínimo 30 minutos al día, preferiblemente en la mañana para comenzar el día con toda la energía.
- \* Evitar el consumo excesivo de alcohol y cigarrillo, recordemos que estos pueden provocar enfermedades graves.
- \* Realizarse un chequeo médico regularmente, en este podrá acceder a exámenes que descarten posibles enfermedades y analizar los factores de riesgo que puede estar presentando.

## ¡recuerde!

El autocuidado no es algo para hacer ocasionalmente o solo cuando nos sentimos enfermos, es clave priorizar esta responsabilidad y promover hacerlo también en nuestro núcleo familiar.

## EL AUTOCUIDADO GARANTIZA LA BATALLA CONTRA EL COVID-19

Desde finales de 2019, y más evidentemente, en el transcurso de este 2020, no hay sistema de salud o estrategias de gobierno en el mundo más poderosos que el cuidado que cada persona ejerza sobre su salud y la de los otros. El Covid-19 ha puesto a prueba la responsabilidad de los ciudadanos del mundo. Indistintamente de sus costumbres, culturas y situaciones, las directrices van orientadas en la misma dirección.

**Hoy más que nunca  
cuidarse implica una  
responsabilidad  
individual y  
colectiva.**