

7. CANALES DE COMUNICACIÓN

Les informamos que durante la prestación del servicio domiciliario usted podrá contactarse al teléfono y a los correos:



Cualquier inquietud del programa, ordenamientos, novedades en la prestación o notificación de incidentes: solicitamos sea dirigida a los siguientes correos

SEDE	BOGOTA	rehabilitacion@cuidartetusalud.com
	PEREIRA	fisioterapiapereira@cuidartetusalud.com
	ARMENIA	fisioterapiapereira@cuidartetusalud.com

Cualquier manifestación referida, dificultad, felicitación. Puede enviarla a los siguientes correos

SEDE	BOGOTA	atencionusuariour@cuidartetusalud.com atencionusuario3@cuidartetusalud.com
	PEREIRA	psicologiapereira@cuidartetusalud.com
	ARMENIA	atencionusuarioarm@cuidartetusalud.com

Los números con los que usted se puede comunicar para consultar dudas o solicitar servicios en las diferentes sedes son:

- BOGOTA: 3847466
- Pereira:3555580/310341707
- Armenia: 7459492/7368912/3103417073



MANUAL DEL USUARIO UNIDAD DE REHABILITACIÓN

Para más información consulte nuestra página web:

www.cuidartetusalud.com

Bienvenidos a la **IPS CUIDARTE TU SALUD S.A.S.**

Nuestro objetivo es Cuidar y Servir las necesidades del paciente durante el tratamiento y permanencia en las unidades de rehabilitación.

1. Conoce tus Deberes y derechos como paciente
2. Conoce las recomendaciones de cuidado del paciente para evitar riesgos
3. Conoce las recomendaciones de cuidado para la salud
4. Conoce como manejar los desechos durante su permanencia en las unidades de rehabilitación
5. ¿Qué hacer en caso de sospecha de violencia y abuso sexual?
6. Conoce los canales de comunicación para una comunicación incluyente.
7. Conoce nuestros canales de comunicación.

Funcionario quien estuvo a cargo de brindarle la información.

Nombre del funcionario: _____

Cargo: _____

Fecha de entrega y socialización: _____

Recomendaciones de trato y comunicación

FISICA:

1. **1.** Pregunte si la persona requiere ayuda para moverse.
2. **2.** No empuje la silla de ruedas sin que la persona requiera su ayuda.
3. **3.** Permita que se pueda desplazar con facilidad y sin obstáculos.

COGNITIVA:

1. Si eleva la voz o se altera, usted no haga lo mismo, manténgase sereno y evalúe la situación.
2. Busque soluciones concretas y reales a la situación que le plantea, no dilate la situación.
3. Tenga paciencia: puede ser que la persona no pueda expresarse al mismo ritmo que piensa y eso le dificulte

RECOMENDACIONES GENERALES

1. **1.** Si tiene programada terapia física asista con ropa cómoda, (Si asiste a terapia para cuello, hombro o vértigo traer camiseta esqueleto, Si asiste a terapia para columna, cadera, rodilla o pie traer camiseta, sudadera o pantaloneta) y toalla.
2. Asista a sus citas programadas 15 minutos antes
3. **2.** Recuerde siempre antes de su cita registrarse en recepción.

Permite la comunicación bidireccional entre personas sordas y oyentes.

En caso de ser necesario debe ingresar a <https://centroderelevo.gov.co/632/w3-propertyvalue-15253.html> o puede acceder en su teléfono móvil APP.

Recomendaciones de trato y comunicación

Visual:

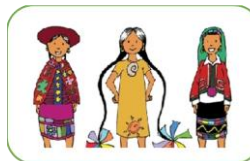
- Mire de frente a la persona a la que se dirige la palabra.
- Acompañe y de las indicaciones de acceso al sitio de atención.
- Asegúrese que Hable despacio y vocalizando y/o signando dentro de su campo visual. Utilice otras palabras en el caso de que la persona no comprenda inicialmente.

Auditiva:

- Diríjase siempre de frente a la persona
- No le hable nunca de espaldas o de lado pues impediría que éste pudiera leer o visualizar su vocalización
- Se puede utilizar mímica, gestos y signos sencillos siempre ubicándose en frente del paciente con el fin de facilitar su comprensión visual.
- Repita las indicaciones o la información si es necesario.
- No debe alzar exageradamente la voz, a menos que se lo solicite.

1. CONOCE TUS DERECHOS COMO PACIENTE

Dirigido a nuestros usuarios de enfermedades profesionales, accidentes laborales, enfermedades de origen común, y personas con discapacidad, que asisten a tratamiento en la Unidad Funcional de Rehabilitación CUIDARTE TU SALUD S.A.S.



1. A tener unas instalaciones seguras, limpias y cómodas.

2. Ser llamado por su nombre y atendido con amabilidad.

3. Aceptar o rechazar cualquier tratamiento y pedir alta voluntaria.

4. Recibir información clara de los servicios prestados

5. Recibir una atención con calidad

6. Recibir una segunda opinión de otro profesional de la salud

7. Elaborar y custodiar la historia clínica

8. Tomar la decisión de someterse o no a los procedimientos

9. Recibir un trato digno, amable y cortés

10. Recibir por escrito de manera clara y precisa el plan de manejo en casa.

1. CONOCE TUS DERECHOS COMO PACIENTE



11. Recibir la información sobre los costos de su atención

12. Presentar quejas, sugerencias y reclamos y a recibir respuesta oportuna.

1.1. CONOCE TUS DEBERES COMO PACIENTE

1. Brindar un trato digno, amable y cortés al personal que lo atiende

2. Presentar la documentación completa, solicitada para la atención en la institución.

3. Cuidar y hacer uso racional de los recursos, instalaciones y servicios de la institución



4. Respetar y colaborar con el cumplimiento de las normas de la institución



5. Suministrar información completa y real sobre su estado de salud

6. Cumplir con las normas establecidas por la IPS con respecto al horario en la atención de citas y autorizaciones de las órdenes médicas

7. Pagar lo que corresponde por la atención recibida (copagos o cuotas moderadoras cuando aplique)

6. CONOCE LOS CANALES DE COMUNICACIÓN PARA UNA COMUNICACIÓN INCLUYENTE.

¿QUE ES DISCAPACIDAD?

“Relación dinámica entre la interacción de la persona y el ambiente en que vive, quiere decir; una relación dinámica de la persona con los entornos políticos, sociales, económicos, ambientales y culturales donde encuentra limitaciones o barreras para su desempeño y participación en las actividades de la vida diaria en estos entornos orientando hacia la búsqueda del desarrollo humano, social y sostenible de las personas con discapacidad, sus familias, cuidadoras y cuidadores.” política pública de discapacidad

CLASIFICACIÓN DE LA DISCAPACIDAD

Las personas con discapacidad incluyen a aquellas que tengan deficiencias:

- Físicas
- Mentales
- Intelectuales
- Sensoriales

CUIDARTE TU SALUD S.A.S LE INVITA A:
contribuir en la participación plena,
efectiva en igualdad de
condiciones con los demás

RECOMENDACIONES GENERALES PARA LA ATENCIÓN INCLUSIVA:

Tecnologías de la Información y las Comunicaciones TIC

Para personas con discapacidad auditiva, En Colombia se diseñó el proyecto: Telefonía Accesible - Centro de Relevo.

5. ¿QUE HACER EN CASO DE SOSPECHA DE VIOLENCIA Y ABUSO SEXUAL?

Ruta de atención a víctimas de violencia y abuso sexual
CUIDARTE TU SALUD S.A.S

CUALQUIER CASO DETECTADO DE VIOLENCIA SEXUAL ES SIEMPRE UNA URGENCIA MEDICA

COMUNICATE Y REPORTA A NUESTROS NUMEROS DE CONTACTO O INFORMA A:

MENOR DE EDAD

Línea de emergencia 123

Línea de prevención de abuso sexual
018000112440

Policía de infancia y adolescencia, comisaria de familia

Instituto colombiano de bienestar familiar (ICBF)

MAYOR DE EDAD

Línea de emergencia 123

Línea de prevención de abuso sexual
018000112440

Centro de atención integral de víctimas de delitos sexuales.

Entes URI (unidad de atención inmediata)

Estaciones de policía

2. CONOCE LAS RECOMENDACIONES DE CUIDADO DEL PACIENTE PARA EVITAR RIESGOS



Para Cuidarte Tu Salud

PRIMERO LA SEGURIDAD

Sigue nuestras recomendaciones y practicas seguras para que el paciente continúe sano y sin complicaciones

¿Cuáles son nuestras practicas seguras?

Te invitamos a cumplir con estas 4 practicas:

1. Identificación correcta
2. Lava correctamente tus manos
3. Recomendaciones para evitar caídas
4. Correcto uso de medicamentos en casa.

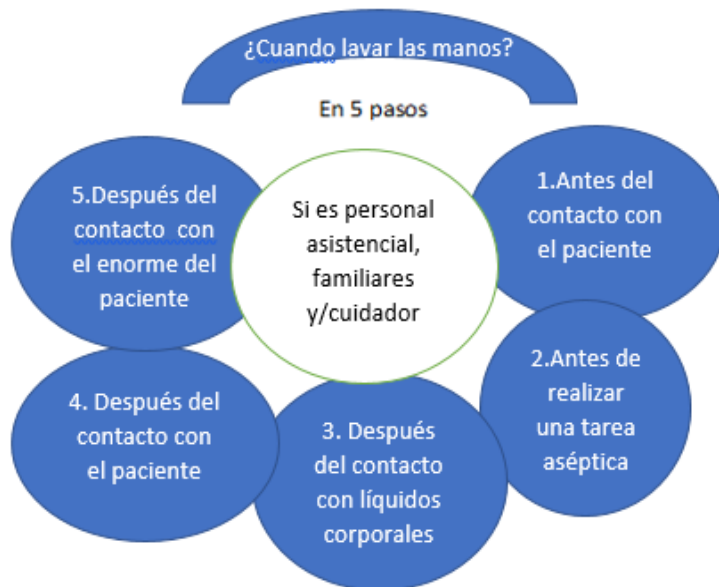
1. IDENTIFICACIÓN CORRECTA: TODO PERSONAL DE SALUD DEBE:



1. verificar su nombre completo y número de documento.

2. Presentarse con su nombre y carnet de identificación de la IPS

2. LAVA CORRECTAMENTE TUS MANOS



4. CONOCE COMO MANEJAR LOS DESECHOS Y RESIDUOS DURANTE SU PERMANENCIA EN LAS UNIDADES DE REHABILITACION

Usted encontrara canecas de colores:



DEPOSITAR

Papel y cartón

CANECA GRIS



DEPOSITAR

Material orgánico (restos de comida, paquetes y envolturas de comida, servilletas)

CANECA VERDE:



DEPOSITAR

Residuos contaminados con (saliva, sangre, jeringas sin agujas, guantes).

CANECA ROJA

“Te invitamos a cuidar el ambiente y los recursos naturales”

Recicla y clasifica correctamente
Disminuye el consumo de agua y energía
Disminuye el consumo de papel

2. CUIDA TU DIETA – NO A LOS EXCESOS

comidas al día (desayuno, almuerzo, merienda y cena)



Aumentar el consumo de: verduras, frutas, legumbres, cereales, leche, yogur o queso, huevos, carnes y aceites.



Disminuir el consumo de: Grasas, embutidos, sal, azúcar, gaseosas, refrescos y bebidas alcohólicas.

BENEFICIOS

- Mejora la digestión
- Ayuda a mantener el peso adecuado
- Disminuye niveles de estrés.
- Cuida los niveles de glucosa.
- Previene enfermedades como hipertensión y diabetes



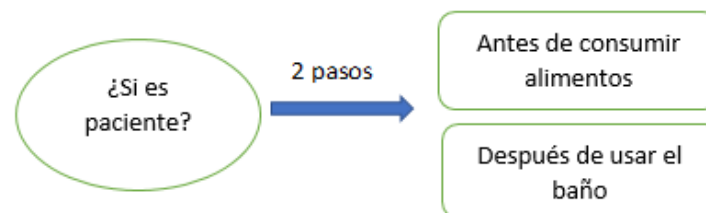
De 6 a 8 vasos de agua o 2 litros de agua

BENEFICIOS

1. - Aumenta el flujo de sangre
2. - Previene cálculos renales e infecciones del tracto urinario.

NOTA: Si presenta inflamación en piernas y tobillos, que indique retención de líquido, consulte a su médico.

2. LAVA CORRECTAMENTE TUS MANOS



Conoce la técnica de lavado ingresando a <https://cuidartetusalud.com/salve-vidas-limpiese-las-manos/>

3. RECOMENDACIONES PARA EVITAR CAÍDAS



1. Evitar pisos húmedos y encerados
2. Paciente debe utilizar calzado adecuado
3. Si tiene alteración del equilibrio o vértigo el personal asistencial debe acompañar al paciente durante los ejercicios que requieran equilibrio y marcha en caminadora
4. El personal asistencial debe acompañar al paciente durante el entrenamiento de manejo de las ayudas para deambular (muletas, bastón, caminador, etc.)
5. Seguir las instrucciones por personal médico o terapéutico en la realización de las sesiones terapéuticas.

4. CORRECTO USO DE MEDICAMENTOS EN CASA.



Lo que usted y el personal de salud debe saber sobre medicamentos

¿Que debe saber el paciente?

El personal médico debe informar:

- Los efectos secundarios importantes y molestos que tendrá por la aplicación de medicamento
- Nombre del medicamento ordenado, propósitos, efectos y horas de administración
- No administrara un medicamento que no fue recetado
- Cuidados con el medicamento, como almacenarlos

¿Que debe saber el personal de salud?

El paciente y/o cuidador debe Informar:

- Los medicamentos o suplementos que toma actualmente.
- Si el paciente presenta una alergia
- Si presenta reacciones adversas o alguna novedad con el medicamento debe ser comunicado.

3. CONOCE LAS RECOMENDACIONES DE CUIDADO PARA LA SALUD



1. CUIDA TU CUERPO CON EJERCICIO



BENEFICIOS

1. Mejora tu estado de ánimo, reduce el estrés
2. Aumenta la capacidad de aprendizaje, concentración y memoria
3. Mejora el sueño
4. Aumenta tu autoestima