



**Aliansa**salud  
eps

# Información específica para grupos de interés

Adultos mayores

## Conoce el marco legal

### CIRCULAR EXTERNA 000004 DEL 2015 SUPERSALUD

- Corresponde a las Empresas Promotoras de Salud (EPS) como a las Instituciones Prestadoras del Servicio de Salud (IPS) para garantizar la atención oportuna, integral y con calidad a la población adulta mayor, de acuerdo con las normas expedidas por el SGSSS, desarrollando todas las acciones relacionadas con las normas y guías de obligatorio cumplimiento y orientar la atención basada en un modelo de atención primaria en salud.
- Conforme con lo anterior, se establecen una serie de instrucciones para atención del adulto mayor, en el marco de las competencias de las EPS e IPS.
- La Superintendencia Nacional de Salud imparte las siguientes instrucciones que deben cumplir las Entidades Administradoras de Planes de Beneficios EAPB, las Instituciones Prestadoras de los Servicios de Salud IPS y las Entidades Territoriales, para garantizar la protección de los derechos de los usuarios adultos mayores.

**Las personas de 60 años de edad o más son sujetos de protección constitucional reforzada, que demandan del Estado y de los actores del sistema, una atención en salud prioritaria y especial, sin que sea posible limitar su acceso a los servicios de salud por cuenta de trámites administrativos o cuestiones económicas.**



## Estos son tus derechos como adulto mayor

### • Atención especial

Las personas de 60 años de edad o más son sujetos de protección constitucional reforzada, que demandan del Estado y de los actores del sistema, una atención en salud prioritaria y especial, sin que sea posible limitar su acceso a los servicios de salud por cuenta de trámites administrativos o cuestiones económicas.

### • Procesos de atención intersectoriales e interdisciplinarios

Garantizar las condiciones de atención especial a la población adulta mayor.

### • Atención oportuna. Asignación de citas de medicina general, odontología, médica especializada y de apoyos diagnósticos

Las entidades vigiladas tendrán agendas abiertas durante todos los días hábiles del año y deberán asignar las citas de medicina general, odontología, medicina especializada y apoyos diagnósticos a los afiliados de 60 años o más, dentro de las 48 horas siguientes a la solicitud por parte de estos. Para la recepción de dichas solicitudes y asignación de citas, se implementarán canales no presenciales confiables y seguros que garanticen dichos trámites.

### • Entrega íntegra y oportuna de medicamentos

La entrega de medicamentos se hará de manera íntegra y oportuna al momento de la solicitud. Cuando no entreguen de manera inmediata los medicamentos cubiertos en el PBS, deberá garantizarse su entrega en el lugar dispuesto, en un plazo máximo de 48 horas siguientes a la solicitud, salvo que la patología del adulto mayor no dé espera, caso en el cual el asegurador deberá adelantar los trámites pertinentes para garantizar la entrega inmediata en su domicilio o en el lugar establecido para el efecto, o pena de las sanciones administrativas a que haya lugar.

### • Continuidad en el tratamiento

Las Empresas Promotoras de Salud y las Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud deben garantizar la continuidad en los tratamientos médicos de las personas adultas mayores, sin que sea posible su interrupción por razones administrativas o económicas.

### • Servicios de promoción y prevención

Es deber de las vigiladas implementar los programas de promoción y prevención que propendan por el desarrollo integral, protección física y mental de la población adulta mayor, con el propósito de fomentar la adopción de estilos de vida saludables, el control de enfermedades crónicas no transmisibles y la reducción de riesgos en estos pacientes.

- **Oficinas de atención al usuario**

Las oficinas de atención al usuario deberán contar con la infraestructura requerida para la atención de las necesidades de los adultos mayores. Las vigiladas deben eliminar las barreras arquitectónicas que existan y garantizar el fácil acceso a ellas cuando estén ubicadas en edificaciones de varios niveles, mediante la implementación de ascensores o rampas en condiciones de seguridad y con observancia de las normas legales.

- **Trato digno**

Para materializar el trato digno con que deben ser atendidos los adultos mayores, las vigiladas deberán establecer el promedio de usuarios atendidos en las horas pico en el mes, esto es, las horas de mayor afluencia de usuarios, con la finalidad de que el mínimo de sillas que deben ubicarse en cada oficina de atención al usuario, correspondan, por lo menos, a dicho promedio.

De la totalidad de sillas ubicadas en las oficinas de atención al usuario, las vigiladas deberán señalar aquellos de uso exclusivo de la población adulta mayor, de conformidad con el porcentaje que dicha población represente en la respectiva oficina, sin perjuicio de que se garanticen, en todo caso, los derechos y prerrogativas de otras personas de especial protección, tales como mujeres embarazadas, personas con discapacidad, entre otros.



- **Atención Preferencial**

Para garantizar la atención especial que debe recibir el adulto mayor, las vigiladas deberán disponer en sus oficinas tanto de personal como de infraestructura adecuada para la atención de sus necesidades, incluyendo herramientas logísticas y tecnológicas idóneas que permitan una atención personalizada ágil, eficiente y eficaz.

Los funcionarios que hagan parte de estas oficinas deberán atender, orientar, acompañar, gestionar y responder, de forma clara, veraz y oportuna, las solicitudes que presenten los adultos mayores.

## **Boletines Poblacionales: personas Adultas Mayores de 60 años**

El enfoque diferencial en Salud reconoce la existencia de grupos de personas que debido a características particulares afrontan un mayor nivel de vulnerabilidad para ejercer el derecho a la Salud.

En Colombia una persona es considerada mayor a partir de los 60 años de edad. Las personas adultas mayores son sujetos de derecho, socialmente activos, con garantías y responsabilidades respecto de sí mismas, su familia y su sociedad. Envejecen de múltiples maneras dependiendo de experiencias y transiciones afrontadas durante sus cursos de vida.

Para conocer más respecto a los boletines poblacionales, [haz clic aquí.](#)

## **Conoce los cuidados para el adulto mayor**

Los adultos mayores muchas veces pueden no comprender la situación de contingencia que se está viviendo a causa del COVID-19. Explicarles por qué estamos en aislamiento, prestarles atención y dedicarles tiempo es una labor diaria que puede ser más fácil de llevar si sigue las siguientes indicaciones:

- Explícales las medidas de prevención de la manera más clara y sencilla, indicándoles por qué se debe evitar el contacto físico y aclarándoles que no es una forma de rechazo.
- Crea rutinas diarias, que incluyan el autocuidado, aseo personal, actividades físicas y de ocio de acuerdo a la edad. Evita que se queden en una misma posición por tiempos prolongados.
- Ayúdalos a orientarse en el tiempo y espacio con mecanismos a tu alcance, relojes, calendarios y a tener una vista al exterior para que aprecien los cambios de luz natural.
- Promueve el diálogo buscando que expresen sus emociones, involúcralos en las diferentes actividades del hogar y comunícalos con otras personas por medio de plataformas tecnológicas.

- Aliméntalos saludablemente con productos naturales como frutas, verduras, pescados, carnes y queso. Evita los productos procesados.
- Evita salidas y exponerlos innecesariamente. Use los canales virtuales para recibir orientación médica en caso de ser necesario.

Los beneficios de seguir estas prácticas permitirá que los adultos mayores afronten de manera positiva situaciones de estrés, mejoren el estado de ánimo y aprovechen el tiempo libre dejando a un lado el sedentarismo.

## Te presentamos los derechos en salud sexual y reproductiva

Tomar decisiones correctas con respecto al cuerpo y disfrutar de una vida sexual libre, sana y segura es derecho de todos. Para garantizar esto existen los derechos humanos, dentro de los cuales se encuentran los derechos sexuales y reproductivos, y Colombia es uno de los estados que se han comprometido con su promoción y cumplimiento.

Gracias a estos derechos todas las persona, tienen libertad para si quieren tener hijos o no, el número, el momento indicado; también permiten obtener información para elegir métodos anticonceptivos seguros, eficaces y asequibles; buscan la eliminación de la violencia doméstica y sexual; posibilitan servicios de atención a la salud adecuados para embarazos y partos sin riesgos y acceso a programas de promoción y prevención de todas las situaciones relacionadas con la sexualidad y la reproducción. A continuación, conozca cuáles son sus derechos sexuales y reproductivos y que se busca con cada uno:

- **A la vida:**

Busca prevenir las situaciones de peligro o riesgo de muerte relacionadas con la vida sexual, el embarazo, el parto o abortos forzados y/o realizados en condiciones inseguras. De igual forma, la eliminación de cualquier forma de violencia sexual como acceso carnal violento, acoso y esclavitud sexual.

- **A la libertad:**

Derecho a decidir libre, responsablemente y según su propia conciencia acerca del ejercicio de la sexualidad y el control de su fertilidad. Esto abarca el derecho a decidir si se quiere o no tener relaciones sexuales, cuándo, con quién y cómo; a expresar y ejercer su preferencia sexual, elegir su pareja y estado civil, y la posibilidad de optar o no por intervenciones médico quirúrgicas que afecten el desarrollo sexual. También involucra la elección de optar o no por ser padre o madre, qué tipo de familia conformar, cuándo y cuántos hijos tener o no tener, la utilización o no de métodos anticonceptivos y pro conceptivos.

- **Derecho a la integridad personal: física, psíquica y social:**

Derecho a vivir libre de torturas, tratos crueles, inhumanos y degradantes. Busca eliminar toda

violencia de género, doméstica y sexual, así como las intervenciones médicas no consentidas, la mutilación genital, la ausencia de consentimiento informado para la toma de decisiones sobre la salud sexual y reproductiva, y la esterilización o fecundación forzada.

- **Derecho a la seguridad:**

Derecho a un entorno laboral, social, familiar y personal seguro, sin miedos, libre de amenazas o temores. Busca garantizar que todas las personas puedan vivir libres de acoso, violación o abuso sexual; con la protección del Estado frente a tales violaciones.

- **Derecho a la intimidad y a la confidencialidad:**

Derecho al trato humano sin prejuicios frente a las decisiones y prácticas sexuales, y a obtener respeto, protección y confidencialidad de la información por parte de las instituciones de salud, con respecto a la vida e historia sexual y reproductiva.

- **Derecho a la igualdad:**

Derecho a ser tratado por igual, con los mismos beneficios y posibilidades, independientemente del sexo, orientación sexual, edad, etnia o estado civil. Esto implica la no discriminación y el respeto por la diferencia.

- **Derecho a la educación e información:**

Derecho al acceso a servicios de consejería, prevención y atención. A recibir información científica oportuna y suficiente, acorde con edad, sus condiciones y necesidades. Se busca promover autoconocimiento, autoestima, construcción de identidad sexual en el marco del respeto y la equidad para la toma decisiones asertivas, libres y responsables.

- **Derecho al ejercicio de la maternidad y la paternidad responsables:**

Derecho a decidir si se desea o no ser padre o madre, decidir cuántos hijos se quiere y puede tener, el tiempo entre cada hijo y, fundamentalmente, el derecho a acceder a los diversos métodos de regulación de la fecundidad.

- **Derecho a la interrupción voluntaria del embarazo:**

El derecho a la salud sexual y reproductiva incluye la interrupción voluntaria del embarazo – IVE, establecida por la Corte Constitucional en la Sentencia C355 de 2006, en tres casos especiales: a) Cuando la continuación del embarazo constituya peligro para la vida o la salud de la mujer. b) Cuando exista grave malformación del feto que haga inviable su vida extrauterina. C) cuando el embarazo sea resultado de una conducta constitutiva de acceso carnal o acto sexual sin consentimiento, abusivo, o de inseminación artificial, de transferencia de óvulo fecundado no consentido, o de incesto.

Hombres y mujeres tienen derecho a decidir si desean tener hijos e hijas y también a controlar su capacidad de reproducirse. Por esa razón ser padre o madre es una opción de vida que se asume desde la autonomía, la responsabilidad y, principalmente, desde el amor.

## Prevén la Infección Respiratoria Agua (IRA)

Te damos algunos datos para prevenir las infecciones respiratorias agudas en adultos:

1. Evita el contacto con personas con gripa.
2. Los enfermos deben utilizar tapabocas.
3. Mantener las manos limpias con un correcto lavado de manos con agua y jabón.
4. Evita el contacto con personas que estén fumando.
5. Cuando te enfrentes a cambios bruscos de temperatura, cúbrete la nariz y boca.



Ante esto, te damos algunas recomendaciones:

1. Estornuda de forma correcta: pon un pañuelo desechable sobre nariz y boca al toser o estornudar, bótelo y lávese las manos.
2. Para aliviar la tos y el dolor de garganta, consuma bebidas aromáticas o té. Si desea adicione miel.
3. Mantenga las fosas nasales destapadas, en lo posible aplique con frecuencia suero fisiológico por ambas fosas nasales limpiando las secreciones.
4. No consuma medicamentos, antibióticos o jarabes para la tos a menos que sean formulados por el médico.
5. Lávese las manos cuando tenga contacto con secreciones.
6. La hidratación es la clave para controlar la enfermedad y evitar mayores complicaciones.
7. Ventile a diario la casa y habitación de los enfermos.

Reconoce los síntomas de alarma para tratarlos a tiempo con tu médico:

1. Asfixia o dificultad para respirar.
2. Dolor en el pecho al respirar o toser.
3. Decaimiento o cansancio excesivo.
4. Fiebre mayor de 38° C durante más de dos días.

## Vacúnate a tiempo

### Como población en riesgo vacúnate contra la influenza

Aliansalud EPS te invita a participar de las jornadas de vacunación, donde podrás asistir a tu IPS de elección para vacunarte de manera gratuita contra la influenza.

La mayoría de las personas que contraen la influenza se recuperarán en pocos días, sin embargo, algunos casos desarrollan complicaciones, como la neumonía, que pueden poner en riesgo la vida.

### ¿Quiénes deben vacunarse?

- Adultos mayores de 50 años.
- Personas que convivan con adultos mayores de 60 años.
- Personas en programas de pacientes crónicos

- Personas que conviven con pacientes con patologías crónicas.

#### Puntos de vacunación Aliansalud:

Según los horarios de atención, solicita nuestro servicio de vacunación domiciliaria (aplica para población priorizada) llamando al canal de programación que aplique, o programa previamente una cita en la IPS de tu elección.

IPS	Dirección	Horario atención presencial	Canales para agendamiento del servicio
CHAPINERO	Calle 69 14A – 31, segundo piso	Lunes a viernes 7:30 a 4:30 p.m. y sábados 7:30 a.m. a 12:30 p.m.	Línea de atención 487 3434 - 432 1410
COLINA	Cr 59A 136-95	Lunes a viernes 7:30 a 4:30 p.m. y sábados 7:30 a.m. a 12:30 p.m.	Línea de atención 487 3434 - 432 1410
UNIDAD MÉDICA Y DE DIAGNÓSTICO - IPS	Cr 65 11-50, local 3 107	Lunes, miércoles y viernes: 07:00 a.m. a 07:00 p.m. Martes y jueves: 07:00 a.m. a 01:00 p.m. y de 02:00 p.m. a 05:00 p.m. Sábados: 07:00 a.m. a 1:00 p.m.	7565656 ext. 6292 y 6286

La IPS de tu elección cuenta con todos los protocolos de bioseguridad y es importante que tú también los cumplas. Al asistir al sitio de vacunación no olvides: lavarte las manos, utilizar tapabocas y mantener el distanciamiento social de mínimo 2 metros.