



Ruta de Promoción y Mantenimiento de la Salud, Ruta Materno

Perinatal, Vacunación PAI

HOJA DE RUTA





RUTAS INTEGRALES DE ATENCIÓN EN SALUD –
Programas de Promoción y mantenimiento de la salud

POLITICA DE ATENCIÓN INTEGRAL EN SALUD

Actualmente en Colombia existe la Política de Atención Integral en Salud también conocida como **PAIS**, la cual busca mejorar las condiciones de salud de toda la población garantizando la atención de la promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y paliación.



**MODELO DE ACCIÓN
INTEGRAL TERRITORIAL MAITE**



**Compuesto por 8
líneas de trabajo.**
Busca mejorar las condiciones de salud de la población a través del diálogo directo con distintos actores del sistema de salud en cada territorio.

RESOLUCIÓN 2626 DE 2019

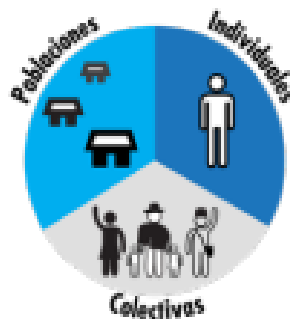
Línea de Acción: Salud Pública →

**RIAS – RUTAS INTEGRALES DE ATENCIÓN
EN SALUD**

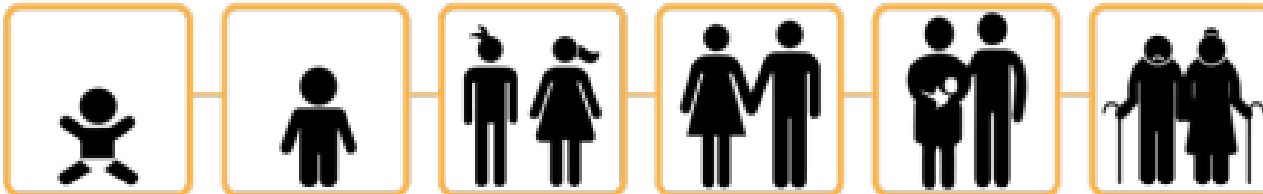
ENTORNOS



INTERVENCIONES

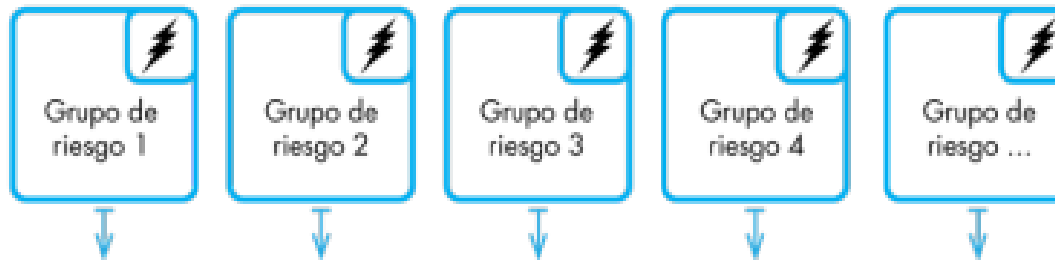


1 Ruta integral de atención para la promoción y mantenimiento de la salud
Acciones realizadas en los entornos donde transcurre la vida y se desarrollan las personas



Físico y Motor / Socio-emocional / Cognitivo

2 Ruta integral de atención para grupos de riesgo
Acciones dirigidas a la identificación oportuna de factores de riesgo y su intervención



3 Rutas integrales de atención específica
Acciones de recuperación, rehabilitación y paliación



RIAS

¿Qué significan esas siglas?

Las RIAS son las Rutas Integrales de Atención en Salud, son una guía para los agentes del sistema de salud (EPS, IPS y usuarios). Estas RIAS dan las condiciones necesarias para la atención integral de los usuarios, buscando que haya una ganancia en tu salud y una reducción de la enfermedad.



ACCIONES INDIVIDUALES PARA LA PROMOCION Y MANTENIMIENTO DE LA SALUD

RUTA DE PROMOCIÓN Y MANTENIMIENTO DE LA SALUD

La Ruta de Promoción y Mantenimiento de la Salud incluye todas las actividades que evitan la presencia de la enfermedad, que permiten identificar en forma oportuna y efectiva la enfermedad, facilitan su diagnóstico precoz, el tratamiento oportuno, la reducción de su duración y el daño causado, evitando secuelas, incapacidad y muerte.

Estas actividades se realizan de forma gratuita **sin cobro de copagos** a todos los usuarios de acuerdo al momento de curso de vida en el que se encuentren.

Momentos de curso de vida



Primera Infancia



0 – 5 años

PRIMERA INFANCIA (De 0 a 5 años de edad)

Con el fin de proteger la salud y el adecuado desarrollo de los niños debes llevarlos a los controles de crecimiento y desarrollo que el POS ofrece sin cobros de copago, los cuales otorgan beneficios como:



Toma de la muestra de sangre del cordón umbilical al momento del nacimiento para la realización del examen TSH y determinación del grupo sanguíneo y RH del bebé



Inicio del esquema obligatorio de vacunación en la institución donde nace el bebé



Primer control del recién nacido, el cual debe realizarse 3 días posteriores al nacimiento del bebé, salvo que exista una indicación médica distinta

Consulta médica para valorar el estado general de salud del menor valorando su crecimiento, desarrollo, salud auditiva, salud visual y prácticas alimentarias.

CONSULTAS DE PROMOCIÓN Y MANTENIMIENTO DE LA SALUD SIN COBRO DE COPAGO NI CUOTAS MODERADORAS		
EDAD	OBJETIVO DE LA CONSULTA	PROFESIONAL
AL MES DE VIDA	VALORACIÓN INTEGRAL	MÉDICO GENERAL, PEDIATRA O MÉDICO FAMILIAR
AL MES DE VIDA	ATENCIÓN PARA LA PROMOCIÓN Y APOYO A LA LACTANCIA MATERNA	ENFERMERA, MÉDICO GENERAL O NUTRICIONISTA
ENTRE LOS 2 – 3 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	ENFERMERA
ENTRE LOS 4 – 5 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	MÉDICO GENERAL, PEDIATRA O MÉDICO FAMILIAR
ENTRE LOS 6 – 8 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	ENFERMERA
ENTRE LOS 9 – 11 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	ENFERMERA
ENTRE LOS 12 – 18 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	MÉDICO GENERAL, PEDIATRA O MÉDICO FAMILIAR
ENTRE LOS 19 – 23 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	ENFERMERA
ENTRE LOS 24 – 29 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	MÉDICO GENERAL, PEDIATRA O MÉDICO FAMILIAR
ENTRE LOS 30 – 35 MESES	VALORACIÓN INTEGRAL	ENFERMERA
A LOS 3 AÑOS	VALORACIÓN INTEGRAL	MÉDICO GENERAL, PEDIATRA O MÉDICO FAMILIAR
A LOS 4 AÑOS	VALORACIÓN INTEGRAL	ENFERMERA
A LOS 5 AÑOS	VALORACIÓN INTEGRAL	MÉDICO GENERAL, PEDIATRA O MÉDICO FAMILIAR

Infancia



6 - 11 años



- Consulta médica para valorar el estado general de salud del menor valorando su crecimiento, desarrollo, salud auditiva, salud visual y prácticas alimentarias.

ENTRE LOS 6 Y 11 AÑOS → ANUAL

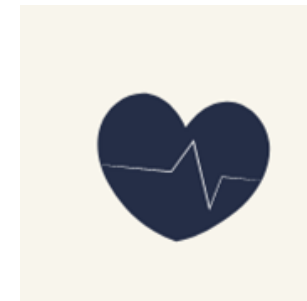


- Examen de sangre (hemoglobina y hematocrito):
Prueba de hemoglobina y hematocrito, por una vez entre los 10 y 13 años de edad.

Adolescencia



12 – 17 años



ADOLESCENCIA (De 12 a 17 años de edad)

Consulta anual de promoción y mantenimiento de la salud en IPS de Atención Básica sin cobro de copagos. Esta consulta además del chequeo médico general podrá incluir:

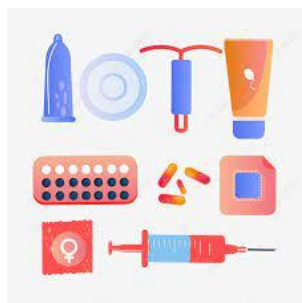


Examen de sangre (hemoglobina y hematocrito):

Si eres mujer tu médico te ordenará prueba de hemoglobina y hematocrito, por una vez entre los 10 y 13 años de edad y por una vez entre los 14 y 17 años de edad.

- Pruebas para infecciones de transmisión sexual y VIH/SIDA:

El resultado lo entregan personalmente.



Entrega y aplicación de métodos anticonceptivos:

Los mayores de 14 años tienen derecho a los servicios y métodos de planificación familiar del PBS (Plan de Beneficios de Salud) de forma gratuita.



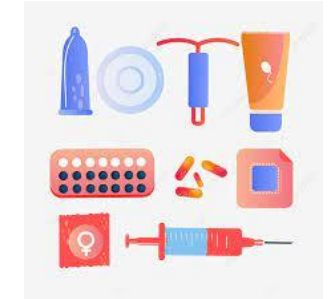
Juventud



18 – 28 años

JUVENTUD (De 18 a 28 años de edad)

Sin cobro de copagos, los jóvenes tienen derecho a:



- Pruebas para infecciones de transmisión sexual y VIH/SIDA:
El resultado lo entregan personalmente.
- Asesoría y suministro de métodos de planificación familiar.

Adultez



29-59 años



ADULTEZ (De 29 a 59 años de edad)



Los adultos sanos de 29 a 59 años de edad tienen derecho a una consulta médica general para promoción y mantenimiento de su salud y los exámenes: perfil lipídico, glicemia basal, creatinina, uroanálisis cada 5 años.



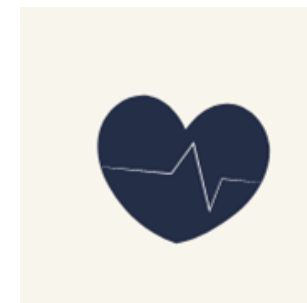
- Examen físico rutinario de seno, practicado por el médico, el cual deberá realizarse mínimo una vez al año a partir de los 40 años.
- Realización de mamografía cada dos años, a partir de los 50 y hasta los 69 años de edad, para la detección temprana de cáncer de seno.
- Realización de citología cervicovaginal esquema 1-3-3 hasta los 69 años de edad. ADN-VPH en esquema 1-5-5



Realización tacto rectal y Antígeno prostático (PSA) cada 5 años a partir de los 50 y hasta los 75 años de edad.

Examen de sangre oculta en materia fecal para la detección temprana de cáncer de colon cada 2 años a partir de los 50 y hasta los 75 años de edad. AMBOS SEXOS

Vejez



mayores de 60 años

VEJEZ (De 60 años en adelante)



- Los adultos mayores sanos de 60 años de edad en adelante tienen derecho a una consulta médica general para promoción y mantenimiento de su salud cada 3 años y los exámenes: perfil lipídico, glicemia basal, creatinina, uroanálisis cada 5 años.



- Examen físico rutinario de seno, practicado por el médico, el cual deberá realizarse mínimo una vez al año a partir de los 40 años.
- Realización de mamografía cada dos años, a partir de los 50 y hasta los 69 años de edad, para la detección temprana de cáncer de seno.
- Realización de citología cervicovaginal esquema 1-3-3 hasta los 69 años de edad. ADN-VPH en esquema 1-5-5



Realización tacto rectal y Antígeno prostático (PSA) cada 5 años a partir de los 50 y hasta los 75 años de edad.

Examen de sangre oculta en materia fecal para la detección temprana de cáncer de colon cada 2 años a partir de los 50 y hasta los 75 años de edad. AMBOS SEXOS

SALUD ORAL



OTROS BENEFICIOS DEL PLAN DE BENEFICIOS EN SALUD PARA TODA LA FAMILIA SIN COSTO ALGUNO

- Consulta odontológica
- Profilaxis y remoción de placa bacteriana
- Aplicación de flúor
- Sellantes
- Retiro de cálculos dentales

De acuerdo a las necesidades de cada paciente.



ACCIONES INDIVIDUALES PARA LA ATENCIÓN MATERNA

CUIDADO DE LA SALUD DE LA MUJER EN EL EMBARAZO Y DEL BEBE POR NACER

En ALIANSALUD EPS cuidamos la salud de la mujer gestante y del bebé por nacer, por ello queremos que conozca los beneficios de asistir al PROGRAMA DE CONTROL PRENATAL, un derecho de todas las afiliadas gestantes en el Plan de Beneficios de Salud, que no genera cobro de copagos.

BENEFICIOS DEL PROGRAMA DE CONTROL PRENATAL:

- ✓ Control periódico por médico con el apoyo de la enfermera, con la periodicidad requerida para cada caso en particular. Este seguimiento es fundamental para identificar e intervenir oportunamente factores de riesgo y probables inconvenientes durante el embarazo.
- ✓ Formulación de micronutrientes (ácido fólico, calcio, hierro), acorde con las necesidades particulares de cada gestante y en las presentaciones cubiertas por el PBS.
- ✓ Realización de exámenes de laboratorio y ecografías periódicos, según lo determine el médico tratante y hagan parte del programa de control prenatal.



- ✓ Control odontológico preventivo. Desde el primer momento que se diagnostique el embarazo, es necesario acudir a cita odontológica (mínimo 2 veces durante el embarazo).
- ✓ Curso de preparación para la maternidad y paternidad, una actividad donde los padres aprenderán sobre los cambios del embarazo, signos de alarma, lactancia materna y otras recomendaciones del parto, posparto y cuidados del recién nacido.
- ✓ Vacunación. La mujer en embarazo será vacunada contra la influenza estacional y contra el tétanos, previo aval del médico tratante.

- ✓ **Información acerca del derecho a solicitar la interrupción voluntaria del embarazo – IVE, establecida por la Corte Constitucional en la Sentencia C355 de 2006, C055 2022 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.

IMPORTANTE....

- Inmediatamente conozca el estado de embarazo debe acudir a la primera consulta con el médico y con el odontólogo en la IPS de atención básica..
- Lo ideal es planear el embarazo, por ello, cuando decida iniciar esta maravillosa etapa, acuda a una consulta médica “preconcepcional” para efectuar un completo chequeo de salud y definir en conjunto con el experto los pasos a seguir con el fin de estar mejor preparada para vivir esta experiencia.





AUTOCUIDADO

El autocuidado es una práctica estimulada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), que refiere a una **actitud activa y responsable con respecto a la calidad de vida.**

¿QUE ES EL AUTOCUIDADO?

- Es el conjunto de actividades que una persona inicia y realiza por su propia voluntad para mantener la vida, la salud y el bienestar.
- Son 'destrezas' aprendidas a través de toda la vida, con el propósito de fortalecer la salud para prevenir enfermedades, incluida la adicción a las drogas.



Prácticas para el autocuidado...

- ✓ Alimentación adecuada
- ✓ Higiene
- ✓ Manejo del estrés
- ✓ Ejercicio y actividad física
- ✓ Recreación y manejo del tiempo libre
- ✓ Modificación de estilos de vida perjudiciales para la salud, por ejemplo, consumir drogas o comer en exceso

Tipos de cuidado...

1. Cuidado a otros: los cuidamos

Esta forma de cuidado tiene el propósito de ayudar a otro restablecer su salud y alcanzar mayores niveles de bienestar.

2. Cuidado entre todos: nos cuidamos.

Acciones entre los miembros de una comunidad, familia o grupo, que procuran un medio físico, afectivo y solidario, para el bienestar común.

3. Cuidado de sí (me cuido):

Actividades que fomenten un estilo de vida saludable y nos protejan de situaciones de riesgo como el consumo de drogas.

Recomendaciones para fomentar el autocuidado



Promover en la familia la práctica de algún deporte destacando su importancia para mantenerse saludable



Implementar en la dieta familiar una alimentación balanceada



Reforzar hábitos de higiene personal, tales como bañarse, lavarse las manos, cepillarse los dientes, establecer horarios para hacer la tarea, para dormir, etc.



Contribuir al desarrollo de una imagen positiva de sí mismo, asegurándose de lucir bien pero sobre todo de sentirse sano.

Diseño de piezas educativas con Orientaciones para tener un estilo de vida saludable por medio de la actividad física y alimentación durante la época de pandemia incluyendo recomendaciones de salud oral, educación en derechos sexuales, prevención infecciones de transmisión sexual, prevención de todas las formas de violencia.



Juntos combatiendo el COVID-19

Orientaciones para que los niños mantengan un estilo de vida saludable por medio de la actividad física y alimentación.

Estar en casa es el momento ideal para incorporar rutinas que permitan mantener un estilo de vida saludable, dando ejemplo a los más pequeños.

Illustration of a young boy sitting at a table eating a banana and watermelon, with a plate of various fruits in front of him.

RES. 8670 del 18 de julio de 2018.



VACUNACIÓN PAI (PROGRAMA AMPLIADO DE INMUNIZACIONES)

ALIANSA LUD EPS - 2023

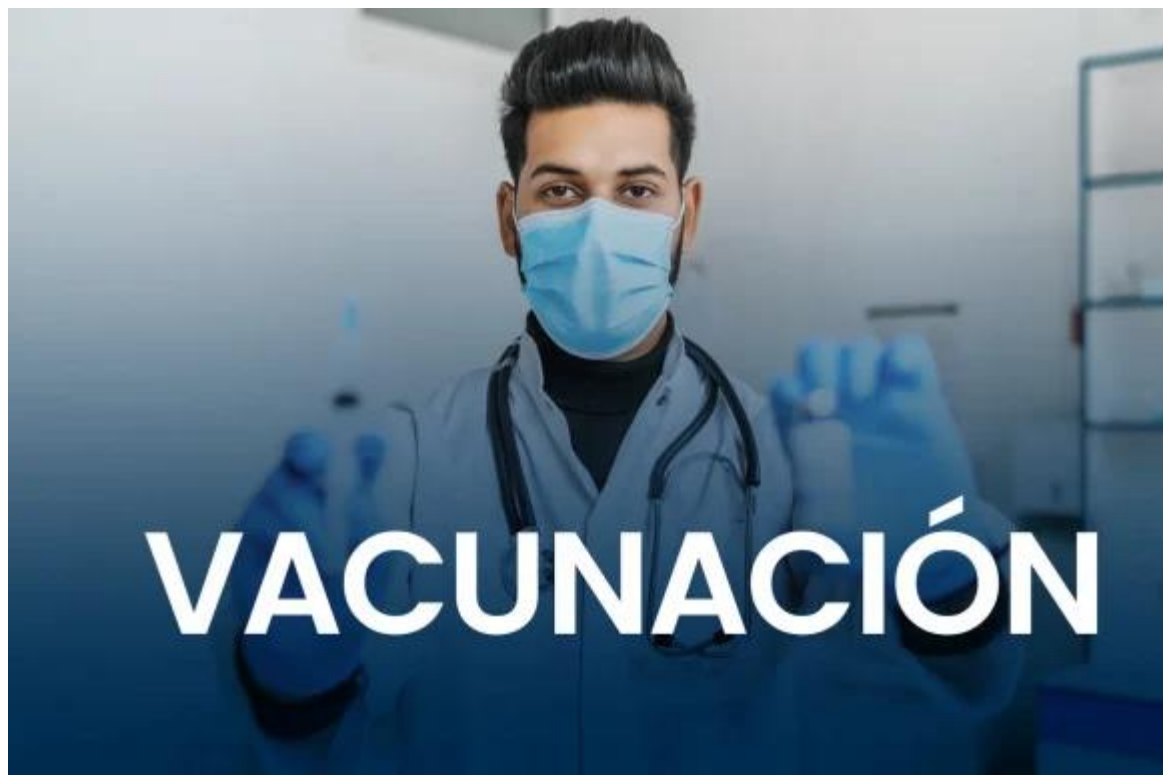
¿QUE ES EL PAI?

El Programa Ampliado de Inmunizaciones (PAI) es una acción conjunta de las naciones del mundo y de organismos internacionales interesados en apoyar acciones tendientes a lograr coberturas universales de vacunación, con el fin de disminuir las tasas de mortalidad y morbilidad causadas por las enfermedades inmunoprevenibles y con un fuerte compromiso de erradicar, eliminar y controlar las mismas.

“BUSCA YA LAS VACUNAS. ¡ES GRATIS, HAZLO DE UNA!”



OBJETIVO



Eliminar, erradicar y hacer control de las enfermedades transmisibles, como la rubéola, influenza o sarampión, entre otras, que pueden prevenirse mediante el uso de vacunas, y de esta manera disminuir las tasas de mortalidad de la población, en especial de niños y niñas menores de cinco años.

ESQUEMA VACUNACIÓN < 5 AÑOS - 2023



ESQUEMA VACUNACIÓN – OTRA POBLACION

Mujeres en edad fértil
10 a 49 años
Toxoide Tetánico

Niñas de 9 a 17 años
VPH

Gestantes
Semana 14: Influenza
Semana 26: DPT acelular

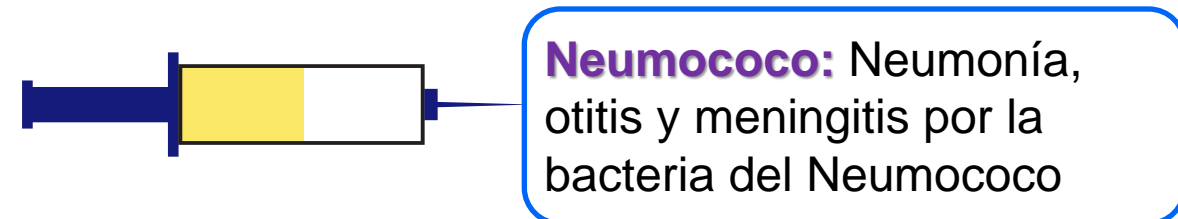
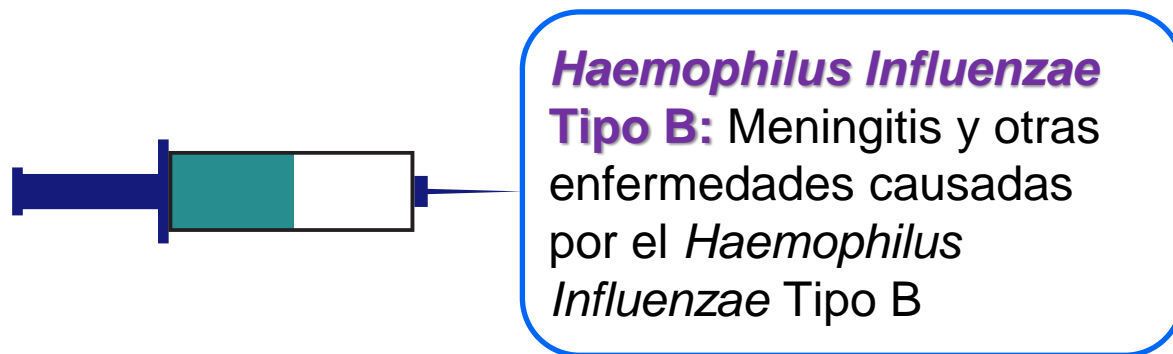
Mayores 60 años
Influenza y neumococo

Dosis adicional SR
Niños nacidos entre el
01-01-2010 al 31-12-2019



Todas las vacunas del
esquema PAI son
GRATUITAS

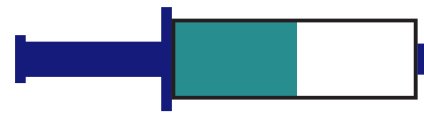
ENFERMEDADES QUE PREVIENE CADA VACUNA



ENFERMEDADES QUE PREVIENE CADA VACUNA



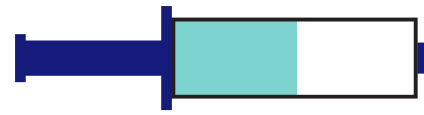
Triple Viral: Sarampión, Rubeola y Paperas



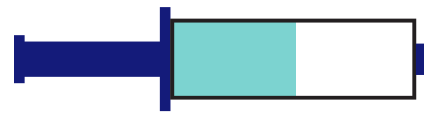
Toxoid Tetánico: Tétanos neonatal y Tétanos



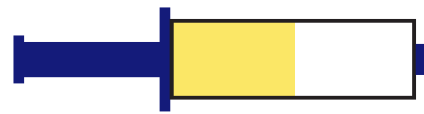
Varicela: Varicela



DPT acelular: Difteria, Tétanos y Tosferina en el recién nacido



Hepatitis A: Hepatitis A



Meningococo: Meningitis por la bacteria del Meningococo



VPH: Virus del Papiloma Humano

IMPORTANCIA DE LA VACUNACIÓN

Cuidado de la salud
de toda la
comunidad

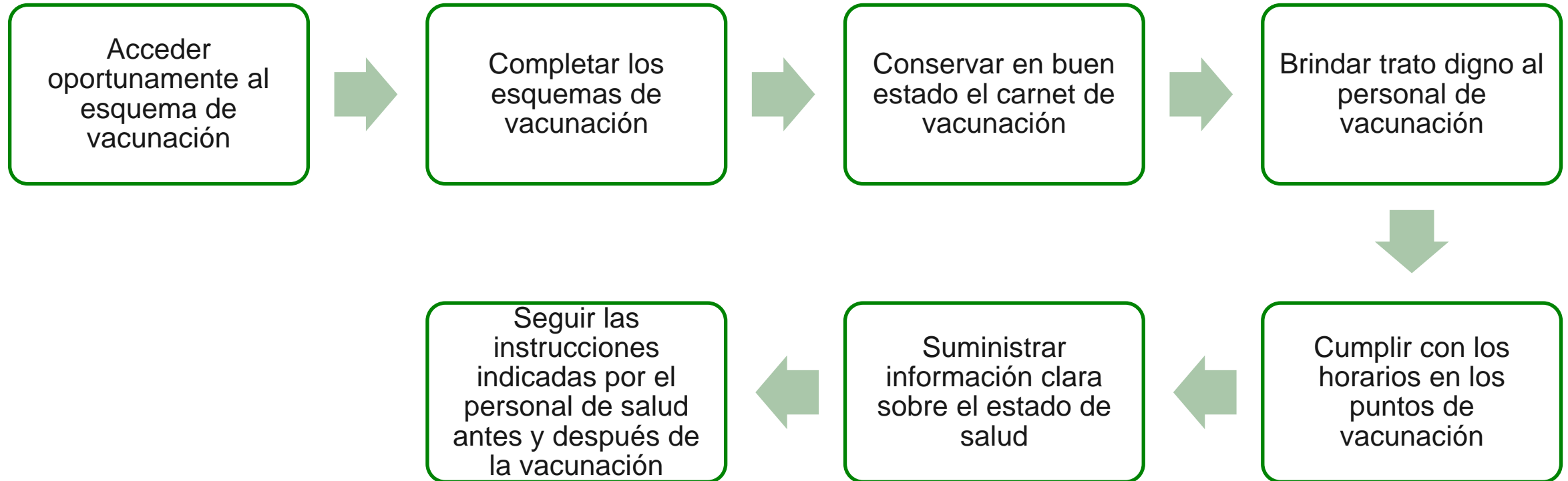
Protege de
numerosas
enfermedades

Las vacunas tienen
una seguridad del
99,9% en la
población

Las vacunas generar
una respuesta
inmunitaria a
enfermedades
específicas

Ayudan a erradicar
enfermedades del
territorio

RESPONSABILIDADES DEL USUARIO



PUNTOS VACUNACIÓN RED PRESTADORA

Punto de vacunación	Dirección	Horario Atención
UNIDAD MEDICA Y DE DIAGNOSTICO SA	Cra. 65 # 11-50 piso 3 CC Plaza Central	Horario habitual: L-V: 8:00 am- 6:00 pm S: 8:00 am- 12:00 pm
BIENESTAR IPS SEDE ESPECIALISTAS	Calle 69 # 14a-31	Horario habitual: L-V: 7:30 am- 4:30 pm S: 7:30 am- 12:30 pm
BIENESTAR IPS S.A.S. SEDE COLINAS	Cra. 59 #136 - 95 Piso 2	Horario habitual: L-V: 7:30 am- 4:30 pm S: 7:30 am- 12:30 pm

Aliansa  **salud**
eps