



MEDIMAGAZINE



★★ 2021 ★★

Contigo Transformando Vidas

Septiembre



Contenido

- 1. Un día Con:** Gina Paola Natera, supervisora asistencial.
- 2. Seguridad y salud en el trabajo:** Estilo de vida saludable.
- 3. Novedades:** Durante el mes de Septiembre.
- 4. Personajes:** Frank Javier Rios

Créditos

William Aristizábal Fernández/ Gerente General
Sandra Gallo Arenas/ Subgerente Asistencial
Monica Mesa/ Subgerente administrativa y financiera
Miguel Chizner/ Coordinador de comunicaciones
Laura N. Hernández/ Comunicadora Organizacional
Ingrid Corelly Cruz/ Coordinadora de Gestión Ambiental
Gina Paola Natera/ Jefe de enfermería
Frank Javier Rios/ Revisor Fiscal

Diseño y diagramación

Luis Fernando Castillo / Profesional de Comunicaciones





Hola soy Gina
Supervisora asistencial

Un Día Con

Gina Paola Natera

Carismática y servicial. Con 9 meses trabajando en Clínica Medical la jefe Gina Natera desempeña, en la sede de Santa Juliana, varias labores fundamentales para el bienestar de los pacientes que ingresan a la institución y el buen funcionamiento de los servicios de su turno.



Recibe su turno y conversa con sus compañeros para conocer cómo estuvo el servicio previo, si hay alguna novedad especial de los pacientes o requerimientos de la clínica.



Solicita información de los pacientes, disponibilidad de habitaciones según egresos e ingresos y realiza seguimiento a los procedimientos que se le han realizado a los pacientes durante su ausencia en el área de hospitalización del segundo piso.



Antes de ingresar a los diferentes servicios, como la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI) responsablemente sigue los protocolos de lavado de manos.



Verifica el estado de los pacientes de UCI, revisando su Historia Clínica, si es necesario o le es solicitado



Solicita, alista y entrega insumos a las jefes y auxiliares de enfermería que lo requieren para atención y cuidado de los pacientes



Revisa el estado y uso del carro de paro.



Atiende el llamado al personal médico o de enfermería, revisa el estado de los pacientes, les pregunta cómo se sienten y resuelve sus dudas o los ayuda con sus molestias..



Actualiza los insumos de los pacientes. Cambia solución salina conforme se requiera para catéter de pacientes que lo necesitan. A su vez, atiende la necesidad que le sea manifestada por el usuario.



Una vez necesite hacer la ronda por las habitaciones de hospitalización para conocer el estado de los pacientes que llevan más tiempo, busca y revisa el formulario de verificación de actividades de supervisión.



Revisa el estado de los pacientes con más antigüedad en el área de hospitalización, explicándoles su estado de salud y si es necesaria la realización de algún procedimiento adicional en pro de su bienestar. En la imagen se visualiza cómo informa a un hombre su estado de salud antes de dirigirse a Salas de Cirugía.



Está atenta a los requerimientos adicionales que surjan alrededor de la clínica, como Hospitalización y Urgencias, para garantizar el cumplimiento de todos los servicios que supervisa constantemente.

ESTILO DE VIDA SALUDABLE

SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

La Organización Mundial de la Salud –OMS– define los estilos de vida saludables como una "Forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales".

Para llegar a lo anterior debemos generar hábitos saludables en nuestras vidas y en nuestro entorno ya sea familiar o laboral, teniendo en cuenta estas recomendaciones:

Actividad Física

Es la clave para un envejecimiento saludable. Es más, las personas mayores que son activas físicamente tienen una menor probabilidad de desarrollar problemas de salud.

Realizar actividad física regularmente disminuye hasta en un 30% la enfermedad del corazón; en 27% los casos de diabetes, y en 25% eventos prevenibles como cáncer de seno y colon, además de reducir el riesgo de otros cánceres como pulmón, endometrio y ovario.

Para hacer ejercicio no es necesario ir al gimnasio, ni esperar los fines de semana o eventos deportivos.

Algunas propuestas son

1. Caminar diariamente en forma regular mínimo durante veinte minutos, generando un gasto cardíaco.
2. Emplear las escaleras en lugar del ascensor.
3. No emplear el vehículo para recorrer distancias cortas.
4. Saltar lazo por 15 minutos.

Alimentación balanceada

Completa

Debe contener todos los macronutrientes (proteínas, grasa, carbohidratos) y micronutrientes (vitaminas y minerales), agua y fibra.

Equilibrada

Debe incluir cantidades adecuadas de los grupos alimenticios, los cuales, al ser combinados, deben aportar la proporción de nutrientes para promover el crecimiento y el mantenimiento de la salud. Nuestro plato ideal es así:



Mejore su salud Mental

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.

¿Cómo controlar el estrés?

Identifique qué cosas le generan estrés en su vida diaria.

- + Si es posible aléjese de estos estímulos o resuelva a tiempo las situaciones que le generan conflicto
- + En muchos casos la tensión muscular y la postura corporal está relacionada con el estrés; si es así, relaje sus músculos, adopte posturas adecuadas, escuche música relajante y realice meditaciones.

La higiene bucal

La higiene **bucodental** es el cuidado de los dientes, las encías, la lengua y toda la cavidad **bucal** en general.

Se establece mediante la adopción de cuatro hábitos: el cepillado, la limpieza con hilo dental, el enjuague y la visita periódica al dentista y al higienista dental.

Salud sexual

La Organización Mundial de la Salud –OMS– define la salud sexual y reproductiva como la condición en la cual se logra el proceso sexual y reproductivo en un estado de completo bienestar, físico, mental y social tanto para hombres como mujeres en edad fértil, sus parejas y los futuros hijos. Cuando tomamos la decisión de cómo queremos vivir y disfrutar nuestra salud sexual y reproductiva de manera responsable y segura, implica tener la capacidad de integrar todos los procesos de bienestar sexual que potencien la personalidad, la comunicación y el amor, especialmente regulando nuestra fertilidad y teniendo relaciones sexuales sanas y felices.

Lo importante es que podamos tomar la decisión informada, auto cuidándonos en pareja y con el consentimiento de ambos en el momento que se va tener una relación sexual y que la experiencia sea la mejor.



Socialización de los **Derechos y Deberes** de los usuarios

Atención al usuario



En el marco de la acreditación de la clínica la política de humanización de la institución se ha ido reestructurando y fortaleciendo progresivamente. “En esa política hay un ítem que habla sobre la parte de la socialización de los derechos y deberes para que los usuarios y sus familiares los comprendan y conozcan”, comentó Angi Ayala de Atención al Usuario.

¿Cómo se está realizando? Actualmente se socializa un derecho y un deber semanal a pacientes y familiares. En rondas que realiza el área de atención al usuario por hospitalización, le recuerdan al usuario cuál es el derecho y el deber correspondiente a la semana en curso.

Adicionalmente, con los funcionarios se realizan actividades cortas en los diferentes servicios y las diferentes jornadas para que tengan conocimiento de estos y apoyen la estrategia, además de publicarse y socializarse en los canales de comunicación de la clínica como carteleros de comunicación en cada servicio.

“Con los funcionarios se ha tratado de realizar porque es importante que ellos los conozcan. Ahí mismo en los servicios se ha manejado: pares de imágenes, carteles informativos, entonces se les indaga a ellos por medio de las imágenes que nosotros mostramos que nos digan si lo conocen o a que hace referencia, a qué derecho o qué deber puede pertenecer. Hemos pensado también en las estrategias que son lúdicas utilizar el dado, ruletas, y demás para que ellos tengan conocimiento”, explicó Angi Ayala.

Mimos en Clínica Medical

Una estrategia didáctica para mejorar el clima laboral



Con mimos, paletas de señalizaciones con los 4 valores institucionales y mucha disposición para generar cambios positivos en Clínica Medical, durante los días 17, 18 y 19 en los diferentes turnos (Mañana, tarde y noche), en las sedes de Santa Juliana y la Sede Principal (Kennedy) respectivamente, se desarrolló una estrategia didáctica, liderada por el área de Talento Humano, Atención al Usuario y Calidad, que busca mejorar el clima laboral y las relaciones interpersonales al interior de las diferentes sedes y servicios de la clínica.

Un breve performance, en el que una pareja de mimos mostraba las malas prácticas en las que incurre constantemente el capital humano de Clínica Medical, en contraste con la forma correcta en la que deberían relacionarse y destacar el: respeto, trabajo en equipo, compromiso y actitud de servicio, fue la estrategia empleada por parte de la Clínica en el marco de la acreditación, buscando demostrar cómo, en conjunto, se puede mejorar el ambiente laboral al interior de cada servicio.



“Me parece muy bueno porque es muy frecuente entre los grupos más pequeños de trabajo que cada quien tiene que trabajar por su lado”, explica la Anestesióloga Arevalo de la Sede Santa Juliana. Añadiendo que “sentimos que para la institución es muy fácil reemplazarnos a todos, entonces nuestras opiniones no tienen nada que ver. Me parece super que hayan venido a un turno en la noche y que nos expliquen cómo va a ser la nueva modalidad de la humanización y la acreditación y qué es en lo que vamos a contribuir nosotros”.

Se visitó cada uno de los servicios de ambas sedes, explicando, a su vez, la disposición de los muros del respeto para que los colaboradores pudieran manifestar aquellas cosas en las que se han sentido irrespetados en el ámbito laboral, para que, una vez se realice la revisión, se pueda tomar acción y mejorar aquellas falencias buscando reducir la rotación de personal y garantizar un ambiente productivo, motivante y agradable para todos los miembros de la familia médica.



Clínica Medical celebra Amor y amistad

Para conmemorar el día del amor y la amistad, el jueves 24 y viernes 25 de septiembre, Gerencia con el apoyo de Bienestar del área de Talento Humano ofreció a todos los colaboradores de Clínica Medical (Sede principal, Santa Juliana y Sede Norte) diferentes comidas para celebrar esta fecha especial, junto con un detalle dulce para cada uno.

“¿Cuál es la importancia de esto? básicamente es recordarle a nuestros colaboradores que nosotros vamos más allá de que sea nuestro campo laboral, la idea es que como dice alguno de nuestros valores las metas de ellos son nuestras metas y la idea es que la institución crezca de la mano con ellos, con estos espacios precisamente se les brinda ese mensaje que recuerden que más allá de todas sus funciones, de todos los compromisos que debemos tener por parte y parte, la clínica es de puertas abiertas para ellos y en nosotros encontrarán un lugar precisamente como este”, explicó Danna Plaza, quien lidera Bienestar del área de Talento Humano.

Entre bromas, risas y palabras de agradecimiento hacia la alta gerencia y demás organizadores de la celebración, los colaboradores compartieron un espacio agradable fuera de su rutina. “Yo considero que este tipo de cosas lo hacen sentir a uno importante ¿Verdad? hace que nosotros los empleados pensemos que si somos valiosos para la compañía y también es muy agradable el hecho de solo poder compartir y tener un espacio así tan bonito solo para nosotros, eso me parece muy chévere. Me pareció muy bonito el detalle y la verdad yo no lo esperaba, creo que ninguno”, comentó Patricia Morales del área de Facturación mientras agradecía el gesto del Dr. William Aristizabal.



PERSONAJES

Frank Javier Rios

“Estar informado lo hace sentir seguro”

Como primera impresión parece un poco serio y reservado, sin embargo, conforme crecen las conversaciones destaca un hombre inteligente e interesante, así es Frank Javier Rios, quien desde hace aproximadamente una década ha sido el revisor fiscal de Clínica Medical.

Frank, en el ejercicio de las responsabilidades de su cargo ha visto crecer a Clínica Medical y a su vez ha crecido él también. “Todos los trabajos le enseñan a uno. Las empresas son como las personas, diferentes unas de otras”, afirma. ¿Qué le ha dado la clínica? Estabilidad. Considera que en el campo de la revisoría se aprende mucho y esto le ha permitido evidenciar el “andamiaje de la empresa durante su crecimiento vertiginoso”.

La mayoría de aspectos de su vida están muy ligados a su parte profesional pues le apasionan sus carreras. Estudió Contaduría Pública y Derecho, adicionalmente, tiene especialización en: Revisoría fiscal y auditoría externa; Ciencias tributarias y Contabilidad Financiera Internacional. También fue docente universitario.

En su cargo no hay posibilidad de ascensos, sin embargo, ha adquirido más conocimiento y ha tenido que redoblar sus esfuerzos a medida que la clínica sigue en constante crecimiento. Le gustan e interesan temas tributarios y legales traducidos al asesoramiento de las empresas y Clínica Medical le permite ejercer ambas carreras en el ejercicio de sus funciones, pues revisa las operaciones y cumplimiento de lo legal de la empresa.



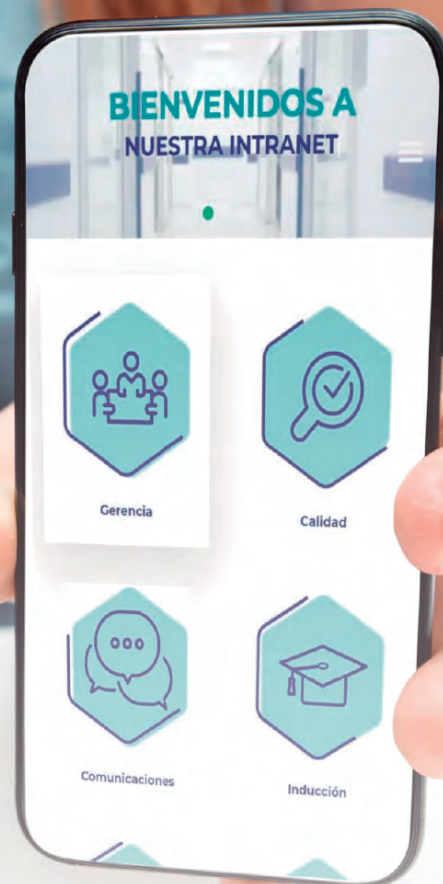
Estar informado lo hace sentir seguro. Constantemente le gusta leer libros sobre temas tributarios, auditorías y economía pues le gusta estar constantemente actualizado y considera que para ello es importante leer frecuentemente, pues dice: “Yo sé muchas cosas pero no me las sé todas”.

Tiene 2 hijos. Su hija es Psicóloga y su hijo economista. En sus tiempos libres además de leer le gusta salir a caminar, practicar atletismo o disfrutar de la música clásica, tangos y boleros, como los de Julio Jaramillo, en la comodidad de su casa, pues le evocan buenos recuerdos de su padre.

Frank Rios se describe como responsable, cumplido y honesto y define a Clínica Medical como un espacio de oportunidad, crecimiento y progreso.

¿Ya ingresaste a
nuestra **INTRANET**?

¿Qué esperas?



Sigue los pasos para ingresar a
nuestra **INTRANET**

- 1 Da la vuelta a tu carné.
- 2 Toma tu celular y con la cámara o un lector QR escanea el código que hay tras de él.
- 3 Esto te redirigirá a la intranet de la clínica.
- 4 Navega a través de la sección de cada área e infórmate.
- 5 Realiza este proceso periódicamente