

NOTI

FUNDOVIDA



Mujer auténtica.

mujer Fundovida

En honor al Día Internacional de la Mujer que se celebra cada año el 8 de marzo, Fundovida IPS conmemora la autenticidad, la inteligencia y el empoderamiento femenino.

Las mujeres representan un pilar fundamental para nuestra empresa: impulsan a alcanzar metas con su fuerza interior y confianza, afrontan cualquier situación con sabiduría y agudeza, ayudan a quien más lo necesita y son inspiración para todos.

Por eso, recordamos la importancia de contribuir a un mundo sin barreras de género, donde las mujeres puedan alcanzar sus sueños y sean valoradas por sus capacidades.

Historia del Día Internacional de la Mujer

El Día Internacional de la Mujer surgió del movimiento sindical a principios del siglo XX en América del Norte y Europa, con eventos significativos como la huelga de trabajadores textiles en 1909 en EE. UU. y las protestas de mujeres en Rusia en 1917.

Desde entonces, ha adquirido una dimensión global, fortaleciendo el apoyo a los derechos de

las mujeres en varios ámbitos. La UNESCO prioriza la igualdad de género en todas sus áreas, promoviendo el acceso de las mujeres a la educación, la cultura, las ciencias y los medios de comunicación, y combatiendo la discriminación mediante iniciativas concretas.





¡Salud y bienestar para los hombres Fundovida!

Fundovida IPS y Fundovida IPS SAS se unieron a la conmemoración del Día del Hombre, que se celebra cada año el 19 de marzo en reconocimiento a la importancia del género masculino en nuestra sociedad y su contribución al bienestar.

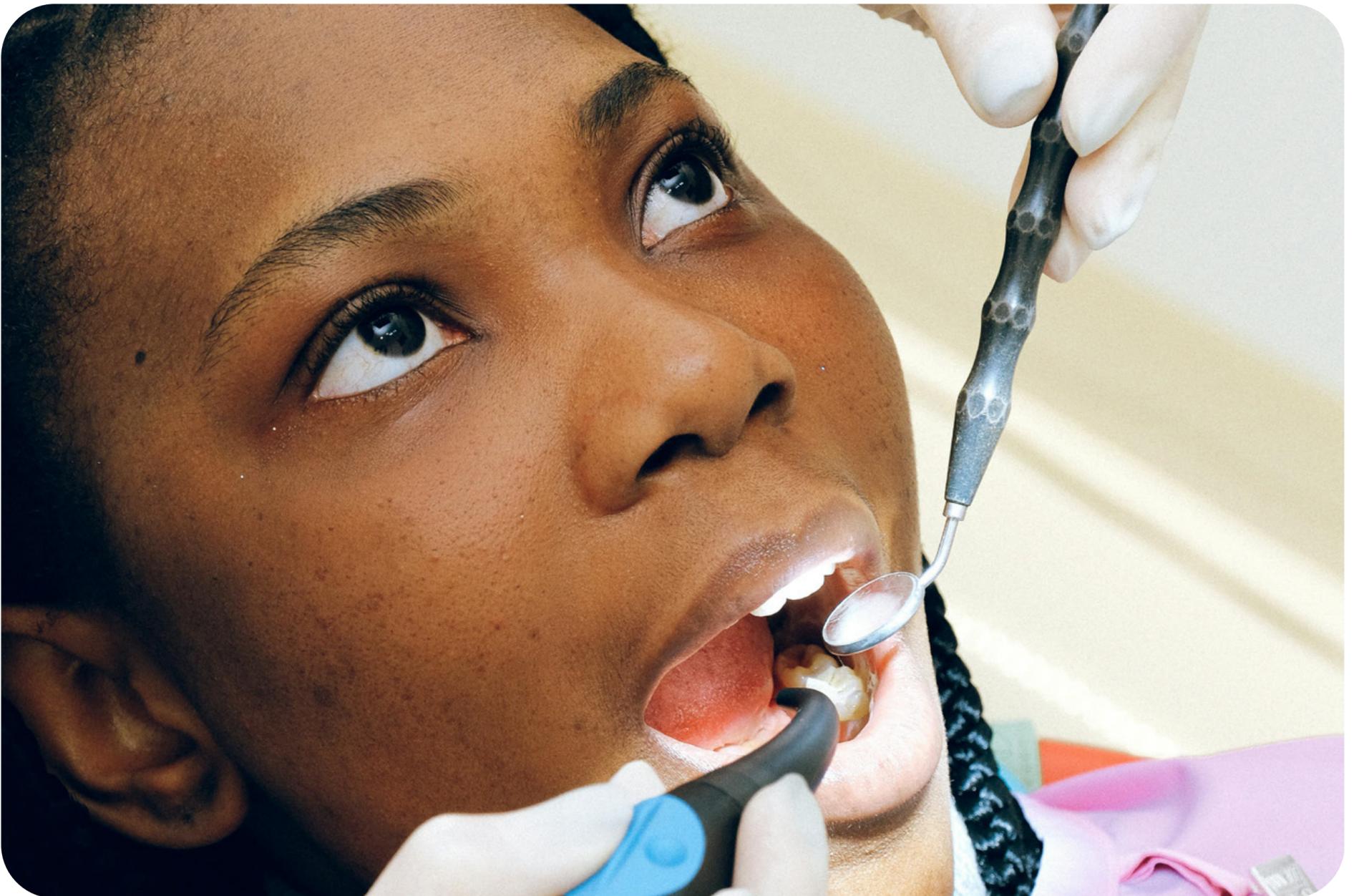
Este día es un momento de celebración a los logros y cualidades de los hombres, pero también propicia un espacio de concientización sobre la importancia de la salud masculina y la promoción de hábitos de vida saludables. Fundovida IPS destaca la importancia de fomentar el autocuidado y la prevención de enfermedades entre los hombres, así como de solicitar ayuda médica cuando sea requerido.

En este sentido, reafirmamos nuestro compromiso de apoyar la salud y el bienestar integral de los hombres de nuestra comunidad, y celebramos la fuerza, sensibilidad y valor de todos los hombres que inspiran con su ejemplo y contribuyen positivamente al mundo.

¿Por qué se celebra este día?

En Colombia se celebra el Día del Hombre el 19 de marzo en honor a San José, padre de Jesús en la tradición católica. A diferencia del Día Internacional del Hombre, que se celebra el 19 de noviembre a nivel mundial, en Colombia se elige esta fecha para resaltar el papel de San José como padre y su importancia en la religión católica.





¡Sonríe con confianza!

Amenudo, descuidamos nuestra boca y subestimamos la importancia de las revisiones bucodentales. Sin embargo, está comprobado que tener la boca sana influye directamente no solo en nuestra salud general, sino en nuestra autoestima y felicidad. Mantener una boca saludable es una inversión en nuestra calidad de vida, ya que nos permite:

-  **Facilitar las relaciones interpersonales.**
-  **Reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares.**
-  **Favorecer el descanso y sueño reparador.**
-  **Evitar el mal aliento.**
-  **Disminuir considerablemente las posibilidades de sufrir enfermedades periodontales o lesiones en las encías.**
-  **Mejorar la salud general.**

Es por ello que la Federación Dental Internacional ha declarado el 20 de marzo como fecha de celebración del Día Mundial de la Salud Bucodental. En este día, Fundovida IPS fomenta la concientización en torno a la salud bucodental, y aconseja tomar medidas básicas para una adecuada higiene bucal:

- *Cepilla tus dientes después de cada comida.*
- *Utiliza enjuague bucal con flúor.*
- *Come menos dulces y bebidas azucaradas.*
- *Utiliza el hilo dental mínimo una vez al día.*
- *Acude al dentista dos veces al año.*



Luchemos contra la Tuberculosis, salvemos vidas

Por: Javier Domínguez, médico familiar.

Síntomas de la tuberculosis

- *Tos intensa que dura 3 semanas o más
- *Dolor en el pecho
- *Tos con sangre o esputo (flema que sale desde el fondo de los pulmones)
- *Debilidad o fatiga
- *Pérdida de peso
- *Falta de apetito
- *Escalofríos
- *Fiebre
- *Sudores nocturnos

¿Por qué se conmemora el 24 de marzo?

En este día en 1882, el físico y microbiólogo alemán Robert Koch anunció el descubrimiento de la bacteria *Mycobacterium tuberculosis*, lo que contribuyó a los procesos de diagnóstico y cura de la enfermedad.

Fundovida IPS ratifica su apoyo en la lucha contra la tuberculosis y promueve la concientización sobre las devastadoras consecuencias de esta epidemia mundial. Por ello, estamos comprometidos con la búsqueda activa de pacientes en riesgo de contraer la enfermedad con el diagnóstico y el tratamiento oportuno. Además, instamos a la población a tomar las medidas de prevención necesarias para reducir los riesgos de contraer la enfermedad:

***Practica una buena higiene respiratoria: cubre tu boca y nariz al toser o estornudar, utilizando un pañuelo desechable o flexionando el codo.**

***Ventila los espacios cerrados para reducir el riesgo de transmisión de la tuberculosis.**

***Mantén un estilo de vida saludable con una dieta equilibrada, ejercicio regular y suficiente descanso para fortalecer tu sistema inmunológico.**

Cada año, el 24 de marzo, se conmemora el Día Mundial de la Tuberculosis (TB), una enfermedad infecciosa que afecta principalmente los pulmones, pero también puede atacar a otros órganos del cuerpo como los riñones, el sistema nervioso central, los huesos y las articulaciones.

La tuberculosis sigue siendo una de las enfermedades infecciosas con mayor tasa de mortalidad en el mundo, afectando a más de 10 millones de personas que se enferman cada año, en promedio.

¿Cómo se transmite?

La tuberculosis se transmite de persona a persona a través del aire cuando una persona con la enfermedad contagiosa de tuberculosis de pulmón o de garganta tose, habla o estornuda. Las personas cerca de ella pueden inhalar los microbios que causan la enfermedad e infectarse.



¡Fundovida se endulzó con tradición!

¡Celebramos el Festival del Dulce con una explosión de sabores auténticos que nos conectan con nuestras raíces!

El pasado 27 de marzo, la sede Pie del Cerro de Fundovida IPS se convirtió en un verdadero paraíso de dulzura, donde los aromas y sabores tradicionales llenaron el ambiente de alegría y compañerismo.

Este festival no solo fue una ocasión para deleitar nuestros paladares con delicias dulces, sino también para fortalecer los lazos entre compañeros de trabajo y generar un momento entretenido en el ambiente laboral.

Eventos como estos no solo nos permiten compartir experiencias agradables, sino que también fomentan la unión entre trabajadores y crean un ambiente laboral más armonioso y colaborativo.

En Fundovida, reconocemos la importancia de estos espacios para promover el bienestar emocional y el sentido de pertenencia en nuestra comunidad laboral. Seguiremos

celebrando la tradición y el compañerismo, porque sabemos que fortalecer los lazos entre nuestros colaboradores es fundamental para alcanzar nuestros objetivos comunes y brindar un servicio de calidad a nuestra comunidad.



Ganadora del festival
Marta Ariza
 Regente de farmacia | Área de farmacia



Uniendo Fuerzas: *Mesa Distrital para Acelerar la Reducción de la Mortalidad Materna y Perinatal*

Fundovida IPS desde el año 2023 viene participando semanalmente en la Mesa Distrital de Seguimiento al Plan de Aceleración y Reducción de la Mortalidad Materna y Perinatal. Esta mesa es liderada por el Departamento Administrativo Distrital de Salud (DADIS) y está conformada por representantes de las diferentes IPS de Atención del Control Prenatal, Atención del Parto y EPS. Dentro de sus objetivos está conocer las rutas, los planes de atención y seguimiento a pacientes en estado de embarazo que realiza cada entidad.

El objetivo de este plan es reducir la mortalidad materna a través de la implementación de acciones estratégicas y operativas, de manera sectorial e intersectorial. En cada encuentro se revisan diversos temas en pro mejorar, día a día, la atención en salud del binomio madre e hijo. Cada semana una entidad es la responsable de la logística del encuentro que ha logrado integrar, y fortalecer esta ruta.



Priorizamos el bienestar

En la mañana del pasado miércoles 13 de marzo, se llevaron a cabo las baterías de riesgo psicosocial dirigidas hacia todos los empleados de Fundovida IPS en la sala de juntas de la sede principal de la fundación, en el barrio Pie del Cerro en Cartagena de Indias. Asimismo, el jueves 14 de marzo se realizaron los talleres en la sede Providencia, ubicada sobre la Cra 71A #31-84 de la ciudad.

Estas iniciativas, impartidas por la psicóloga Sindy Pérez de la entidad encargada de actividades de agencias de gestión y colocación de empleo, Felicia Consultora SAS, refuerzan la importancia del bienestar psicosocial en Fundovida IPS.

El bienestar psicosocial es crucial, pues contribuye directamente a la salud integral de sus empleados: promover un ambiente laboral saludable y equilibrado emocionalmente no solo aumenta la satisfacción y el compromiso de los trabajadores, sino que también reduce el estrés, la ansiedad y otros problemas de salud mental que pueden afectar su desempeño laboral y su calidad de vida en general. Además, al brindar herramientas para gestionar adecuadamente el estrés y mejorar la salud emocional, Fundovida IPS fomenta la consolidación de relaciones laborales estables, la mejora de la productividad y, en última instancia, las garantías de un mejor cuidado y atención para sus pacientes.



¡Estamos comprometidos con la bioseguridad!

El pasado martes 12 de marzo de 2024, Fundovida IPS y Fundovida IPS SAS brindaron la capacitación del protocolo de limpieza y desinfección a todo el personal de servicios generales de la sede principal de Cartagena y demás sedes de la costa caribe, con el fin de fortalecer las competencias del personal para el eficaz desarrollo de sus actividades y propender por el autocuidado.

La capacitación, liderada por la coordinadora de ambiente físico Ingrid García Lora, fue realizada por la empresa asesora en gestión ambiental Resing Residuos E Ingeniería SAS, con la dirección del Ing Melvin Acosta Pabuena, y contó con el apoyo del equipo de calidad y mejora continua.

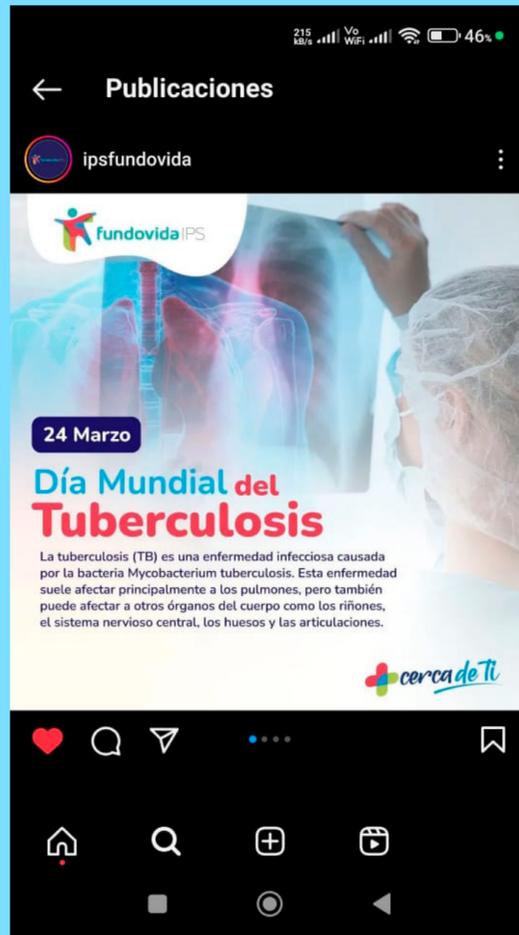
En el evento se destacaron temas como: Manual de Bioseguridad Institucional, Protocolos de Limpieza y Desinfección, Uso de EPP, y tipos de Limpieza Hospitalaria.

Este tipo de capacitaciones son esenciales para garantizar la seguridad y protección tanto del personal como de los pacientes; al proporcionar las herramientas necesarias para prevenir la propagación de enfermedades infecciosas, garantizamos la salubridad y seguridad en el entorno de trabajo, y se contribuimos a la calidad y eficiencia de la atención médica.





Fechas especiales mes de Marzo



Guía para un estilo de vida saludable

Implementar un estilo de vida saludable contribuye significativamente a la mejoría de la salud física, mental y emocional. Es importante adoptar ciertas medidas en nuestro día a día que nos ayudarán a fortalecer nuestro sistema inmune, reducir riesgos de padecer enfermedades crónicas, mejorar el estado de ánimo y aumentar los niveles de energía para afrontar las demandas de la cotidianidad. Esta guía te ayudará a incluir hábitos saludables de manera sencilla y eficaz:

Establece metas alcanzables

Cuida tu alimentación

Mantente hidratado

Ejercítate

Prioriza el descanso

Evita los excesos

Sé consistente

Visita a tu médico

NOTI FUNDOVIDA



Vivo agradecido con Fundovida IPS. Desde el día uno, me brindaron la oportunidad de ejercer mi profesión en un cargo en el cual no tenía experiencia previa, me brindaron el acompañamiento y el entrenamiento para desempeñarme de la mejor manera posible, confiaron en mí y he dado lo mejor para devolver todo mi agradecimiento por el profesional que hoy en día están moldeando”

Leonardo Gutiérrez, jefe de enfermería.



Durante estos años laborados en Fundovida IPS, puedo decir que ha sido una experiencia de mucho aprendizaje. En mi caso en particular he sido formada en este lugar, porque cuando llegué no tenía ningún tipo de experiencia laboral y me ayudó mucho trabajar de la mano de profesionales, y así ir aprendiendo hasta convertirme en lo que soy ahora. Con certeza puedo decir que Fundovida ha hecho grandes aportes para mi crecimiento profesional y personal, me ha dado la confianza para desarrollar labores de gran responsabilidad y ser mejor en lo que hago”

Melissa Marrugo García, analista administrativo.



fundovida IPS