

# En equipo por tu salud

Diciembre 2021- Edición 4

Boletín para los usuarios de la IPS especializada MEDICI

MEDICI



## MEDICI, nuestra IPS especializada es una realidad

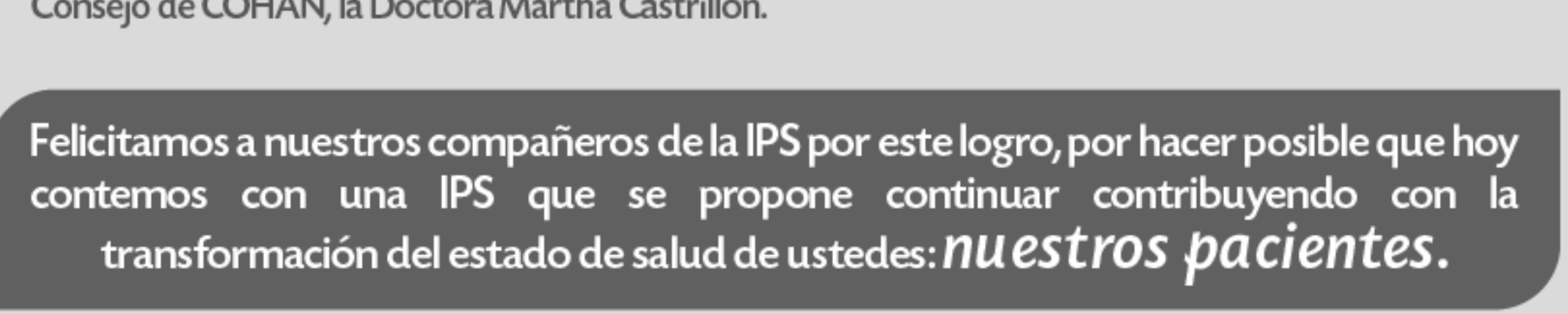
Con gran orgullo, compartimos con nuestros usuarios la presentación oficial de nuestra IPS especializada, evento que tuvo lugar en nuestras instalaciones, con la presencia de ejecutivos de COHAN, la Cooperativa de Hospitales de Antioquia, gerentes de los hospitales asociados y todo el talento humano de MEDICI.



MEDICI

Como institución prestadora de servicios de salud, nos hemos especializado en el desarrollo de modelos de atención, contratación y prestación de servicios de salud para brindar un servicio integral a nuestros usuarios con patologías de alto costo, huérfanas, crónicas no transmisibles y autoinmunes. Una misión que hemos asumido con total compromiso y que hoy se ve también materializada con nuestra presentación oficial.

**Porque hacer equipo por el cuidado de la salud es lo que nos mueve.**

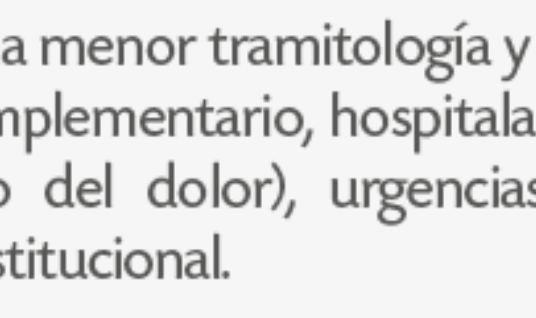
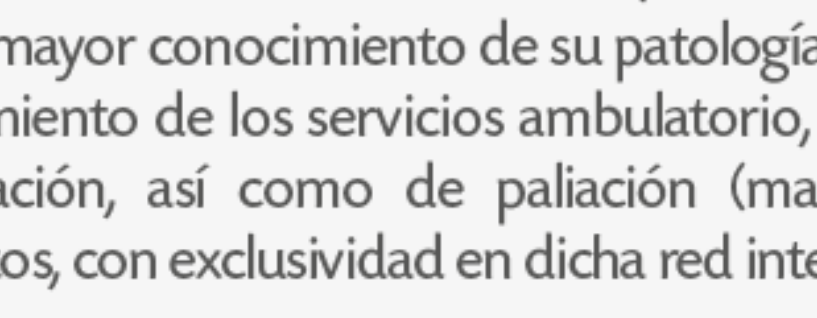


El corte de cinta fue liderado por el Gerente General de COHAN, el doctor Jamel Alberto Henao Cardona; la Directora de la IPS, Sandra Laverde; la Gerente de Salud de COHAN, Alejandra Rueda y la Presidenta del Consejo de COHAN, la Doctora Martha Castrillón.

Felicidades a nuestros compañeros de la IPS por este logro, por hacer posible que hoy contemos con una IPS que se propone continuar contribuyendo con la transformación del estado de salud de ustedes: **nuestros pacientes.**

## Evolucionamos por tu Salud

### COHAN y MEDICI en la ruta de gestión integral autoinmunes



Para el cuidado de la salud de usuarios con patologías autoinmunes en manejo por reumatología, Savia Salud EPS ha elegido una unión temporal, conformada por 13 reconocidas empresas del sector salud, las cuales se unen para integrar una red y sumar así capacidades y especialidades.

COHAN, con sus asociados y nuestra IPS MEDICI, hacen parte de esta ruta constituida para brindar, a partir del 1 de enero de 2022, una atención diferencial a los usuarios de la EPS, gracias a un mayor conocimiento de su patología, una menor tramitología y procesos y un empaquetamiento de los servicios ambulatorio, complementario, hospitalario, quirúrgico y de rehabilitación, así como de paliación (manejo del dolor), urgencias y entrega de medicamentos, con exclusividad en dicha red interinstitucional.

**En MEDICI estamos listos para hacer equipo con los usuarios y continuar velando por el cuidado de su salud.**

#### Mayor información

Línea de atención:  
(604) 3228582

WhatsApp:  
333 6025190

Correo Electrónico:  
atencionalusuariout@autoimmune.com.co

#### Central de referencias o citas

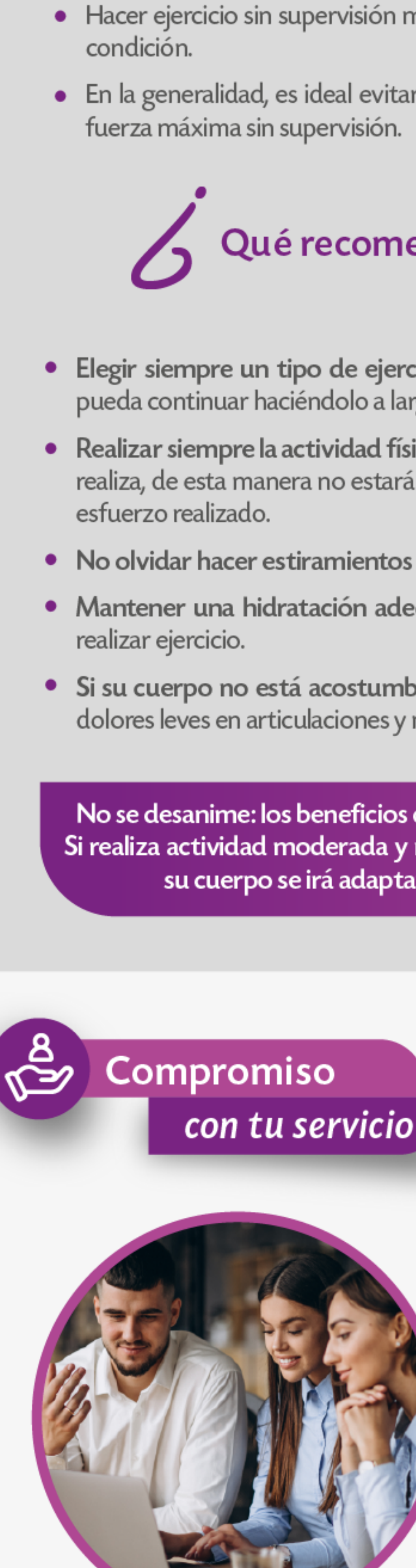
Línea de atención:  
(604) 6046592

WhatsApp:  
314 2433491

Correo Electrónico:  
referencia@autoimmune.com.co

## Autocuidado, una rutina diaria

### ¿Cómo ayuda el ejercicio en pacientes con enfermedades autoinmunes?



La actividad física disminuye la fatiga, mejora el estado de ánimo, las capacidades cognitivas y la movilidad y, por ende, el cuidado articular y la función vascular. En diferentes pacientes, se documentó una mejor calidad de vida y un mejor perfil de enfermedades tipo autoinmunes.

Los pacientes físicamente activos tienen un menor riesgo de sufrir complicaciones secundarias a sus enfermedades de base y/o condiciones especiales.

### ¿Qué pueden y que NO deben hacer los pacientes con enfermedades autoinmunes?

Todos los pacientes con enfermedades autoinmunes pueden y deben hacer actividad física dirigida, controlada, regular y bajo prescripción médica.

En la generalidad los pacientes que padecen alguna enfermedad autoinmune No deberían:

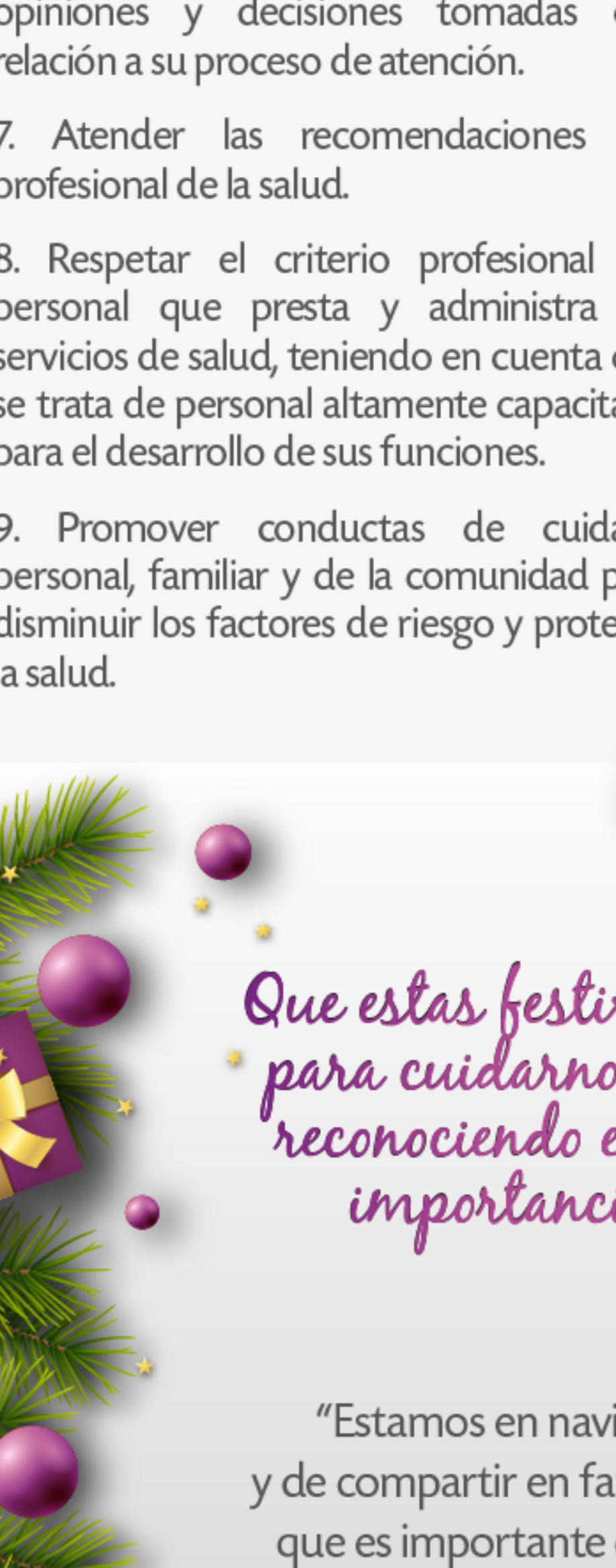
- Hacer actividades físicas sin supervisión en fases agudas o de exacerbación de la enfermedad.
- Hacer ejercicio sin supervisión médica y sin prescripción basada en la especificidad de su condición.
- En la generalidad, es ideal evitar el alto impacto, las altas intensidades y los ejercicios de fuerza máxima sin supervisión.

### ¿Qué recomendaciones deben recibir?

- Elegir siempre un tipo de ejercicio que le guste y le haga sentir bien, de manera que pueda continuar haciéndolo a largo plazo.
- Realizar siempre la actividad física a una intensidad que le permita conversar mientras la realiza, de esta manera no estará forzando su cuerpo, pudiendo regular la intensidad del esfuerzo realizado.
- No olvidar hacer estiramientos y descansar después de cada sesión de ejercicios.
- Mantener una hidratación adecuada durante el día y toma agua antes y después de realizar ejercicio.
- Si su cuerpo no está acostumbrado al ejercicio, al principio puede sentir cansancio o dolores leves en articulaciones y músculos.

No se desanime: los beneficios de la actividad física no se notan inmediatamente. Si realiza actividad moderada y regular, incrementando gradualmente el esfuerzo, su cuerpo se irá adaptando y se irá sintiendo mejor y más fuerte.

## Compromiso con tu servicio



La IPS Especializada Medici, comprometida con la salud y el bienestar de sus afiliados, busca entregar un servicio de acuerdo con las necesidades y condiciones de la población atendida, brindando la mejor experiencia en la atención en salud.

Para lograrlo, es indispensable que tanto usuarios como colaboradores conozcan los derechos y deberes de los pacientes que presentamos a continuación:

#### Deberes:

1. Asistir puntualmente a todos y cada uno de los procedimientos, consultas y ayudas diagnósticas programadas de acuerdo a la información suministrada y en caso de no poder asistir, cancelar la cita mínimo 24 horas antes.
2. Cuidar de su salud, reportando las urgencias de manera oportuna y haciendo uso de las rutas de atención.
3. Brindar la información necesaria, clara y completa solicitada por el personal de la institución y aceptar o rechazar por escrito los procedimientos y tratamientos asumiendo sus riesgos y complicaciones.
4. Tratar con respeto a todo el personal de la institución y a los demás usuarios, para así generar un ambiente amable y agradable para todos.
5. Cuidar, hacer uso racional y responsable de los recursos e instalaciones de cada uno de los lugares de atención.
6. Expresar con respeto las necesidades, opiniones y decisiones tomadas con relación a su proceso de atención.
7. Atender las recomendaciones del profesional de la salud.
8. Respetar el criterio profesional del personal que presta y administra los servicios de salud, teniendo en cuenta que se trata de personal altamente capacitado para el desarrollo de sus funciones.
9. Promover conductas de cuidado personal, familiar y de la comunidad para disminuir los factores de riesgo y proteger la salud.

#### Derechos:

1. A recibir una atención oportuna y con calidad.
2. A recibir información veraz y clara de todo lo relativo a su atención, trámites administrativos y riesgos que se puedan presentar, garantizando que comprenda la información.
3. A recibir un trato digno, sin importar su orientación sexual, religión, cultura, raza o preferencia política.
4. A total confidencialidad de historia clínica y datos personales relacionados con el proceso de atención, con excepción de las exigencias legales que lo hagan imprescindible.
5. A tener privacidad al momento de la atención y lo que de derive de esta.
6. A ser atendido en lugares agradables, aseados y con un ambiente adecuado.
7. A presentar peticiones, quejas, reclamos, sugerencias y felicitaciones sobre los servicios recibidos.
8. A la protección de la dignidad humana
9. A realizar o no procedimientos y tratamientos, dejando constancia en el consentimiento y/o disenso informado según corresponda.

Que estas festividades sean un tiempo para cuidarnos y cuidar a los otros, reconociendo el valor de la vida y la importancia del autocuidado.

“Estamos en navidad, tiempo de paz, felicidad y de compartir en familia, teniendo siempre presente que es importante cuidarnos para poder disfrutar. Gracias al equipo de trabajo de MEDICI por el apoyo a los pacientes durante todo el año. Una feliz navidad y un próspero año nuevo son los deseos de la asociación de usuarios”

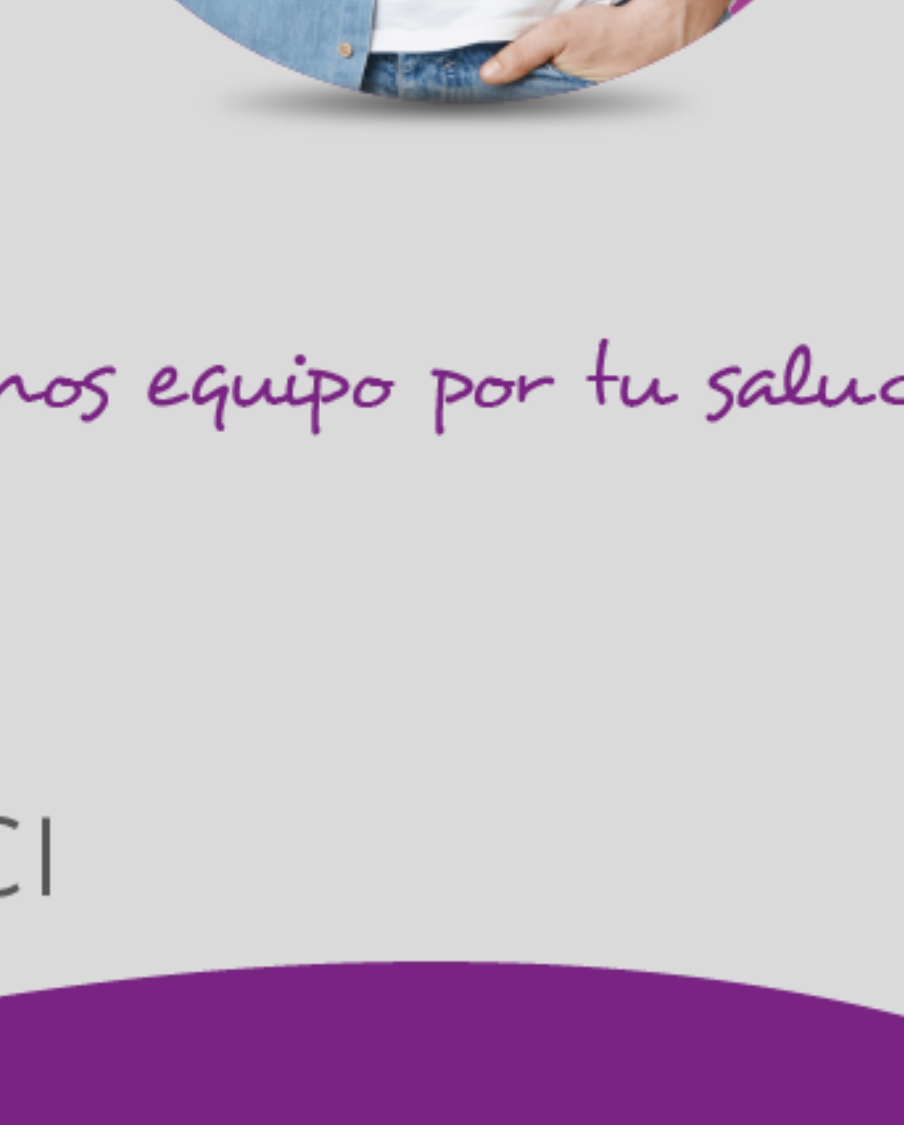
Patricia Estella Bedoya Tangarife  
Presidenta asousuarios IPS MEDICI

## En línea contigo

Recuerda que puedes ponerte en contacto con nosotros a través de nuestros canales digitales y además ahora tenemos sección de PQRSF en nuestro sitio.

Visita nuestro sitio web:  
www.medici.com.co

Síguenos en Facebook e instagram:  
@IPSMedici



¡Conéctate con nosotros y hagamos equipo por tu salud!



MEDICI