

	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA		MPE-SGC-FR-03
	Formato		Versión: 03
	Actas de Comité, Reunión, Auditoria y Capacitación		Página 1 de 6

Fecha:	02 /04/2024			Hora Inicio:	9:30 HRS		Hora Fin:	11:30 HRS			
ACTIVIDAD:	Comité			Reunión		Auditoria		Capacitación	X	Otros	
Lugar:	FAMAC LTDA										
Asunto:	CONMEMORACIÓN DEL DÍA INTERNACIONAL DEL TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR										
Objetivo:	Difundir definición del trastorno afectivo bipolar (TAB), causas por las cuales se presenta este trastorno, los síntomas del TAB según los distintos episodios, los diversos tipos de TAB y cuál es el cuidado pertinente.										
Responsable(s) convocatoria:	Programa de salud mental Psicóloga Laura Ximena Cabrera Acuña										

CONVOCADOS E INVITADOS				
<i>Conversiones (C = Convocado I = Invitado)</i>				
Nombres y apellidos	Cargo – Dependencia	C/I	Asistió	
			Si	No
Laura Ximena Cabrera Acuña	Psicóloga FAMAC		x	

REVISIÓN DE COMPROMISOS PREVIOS			
<i>Estado(Cumplido, En desarrollo, Reprogramado, No cumplido)</i>			
COMPROMISO(S)	RESPONSABLE(S)	ESTADO	% CUMP.
NA	NA		

AGENDA
1. TEMA: Orientar a los usuarios sobre el trastorno afectivo bipolar, lo que implica, sus síntomas, las complicaciones en salud que puede generar y las estrategias a las que se puede acudir para evitar el desgaste emocional. 1.1. Promoción en la cartelera de marzo. 1.2. Exposición de las diapositivas. 1.3. Entrega de folletos.

DESARROLLO DE LA AGENDA
1. TEMA: Difundir definición del trastorno afectivo bipolar (TAB), causas por las cuales se presenta este trastorno, los síntomas del TAB según los distintos episodios, los diversos tipos de TAB y cuál es el cuidado pertinente. Este 30 de marzo se conmemora el Día Mundial del Trastorno Afectivo Bipolar, enfermedad que - contrario a lo que muchas personas creen- no se trata de los cambios de humor que todo el mundo tiene, sino de cambios extremos en la energía, la actividad y el sueño que no atípicos en la persona. Es causada por factores genéticos, biológicos, ambientales y psicológicos, donde se especifica que una persona con un componente genético se encuentra vulnerable a que situaciones como el estrés, los periodos de falta de horas de sueño o el consumo de sustancias psicoactivas ocasionen un desequilibrio en la química del cerebro, provocando síntomas psíquicos y físicos de la enfermedad, y se resalta que la principal causa de la recaída es que el paciente deje de consumir la medicación. Se dialoga entre los síntomas del TAB que estos se presentan en forma de episodios, lo cuales pueden durar periodos de tiempo se semanas o meses, donde la persona puede estar en un episodio maniaco,

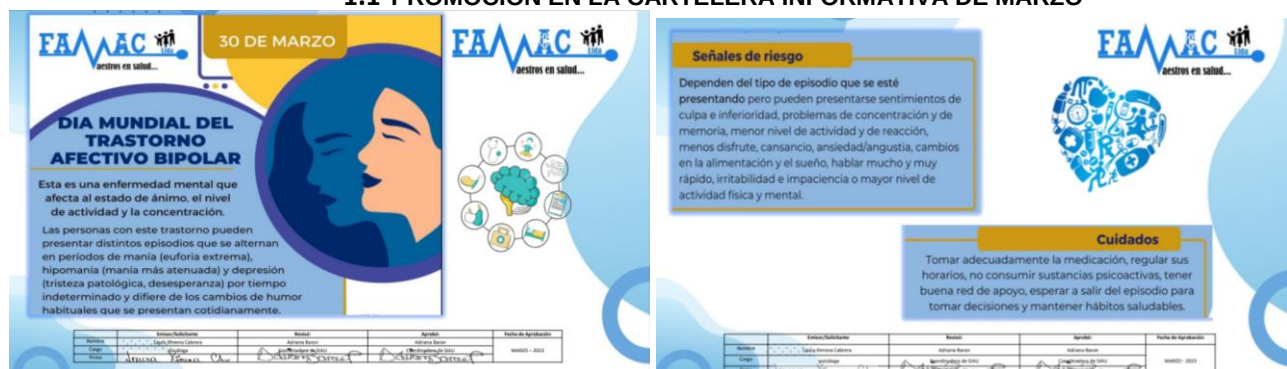
Elaboró:	Revisó:	Aprobó:	Fecha de Aprobación
Norma C. Pastrana Lizcano	Norma C. Pastrana Lizcano	Dagoberto Giraldo Alzate	14/09/2018
Coordinadora de Calidad	Coordinadora de Calidad	Gerente	

	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 03
	Actas de Comité, Reunión, Auditoria y Capacitación	Página 2 de 6

depresivo, hipomaniaco, mixto o de eutimia, siendo esto último lo que se podría conocer como el periodo estable o de “normalidad”. Según la presencia de los episodios se determina el tipo o la forma en que se presenta el TAB, siendo trastorno afectivo bipolar tipo I, tipo II, ciclotimia o cicladores rápidos. Además, se brindan pautas para tener en cuenta en los cuidados correspondientes para una persona con este trastorno, donde se resalta mantener hábitos de vida saludables, mantener una adecuada adherencia médica y farmacológica, tener un acompañamiento de la red de apoyo, entre otros.

Se realiza charla informativa por medio de entrega del folleto en sala de espera a los usuarios que hacen parte de los afiliados de FAMAC LTDA.

1.1 PROMOCIÓN EN LA CARTELERA INFORMATIVA DE MARZO



1.2 EXPOSICIÓN DE LAS DIAPOSITIVAS DEL DÍA MUNDIAL DEL TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR

30 DE MARZO

DÍA MUNDIAL DEL TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR

FAMAC
maestros en salud...

Síntomas del TAB

Se presentan en forma de episodios que pueden durar semanas o meses.

Episodio maniaco:

Euforia desproporcionada, ideas de grandiosidad, disminución del sueño, aceleración del pensamiento y del habla, hiperactividad, actividad incansable, síntomas psicóticos (delirios y alucinaciones), euforia, impaciencia, irritabilidad, desinhibición conductual y conductas de riesgo (gastos inadecuados, conductas sexuales de riesgo, formas de actuar inadecuadas).

Episodio depresivo:

Retardo psicomotor, hipersomnia, alteración del estado de ánimo, sensación de vacío, tristeza, desesperanza, llanto frecuente, pérdida del interés y del placer, pensamientos catastróficos, pesimismo, baja autoestima, sentimientos de culpa o fracaso, ideas de muerte o suicidio, alteración del sueño, cambio en el apetito, reducción del deseo sexual, cansancio, irritabilidad y enfado, indecisión.

Manía

Eutimia

Depresión

Hipomanía:

Cualquiera de los síntomas de la manía de menor grado de intensidad

Mixto:

Síntomas de manía o hipomanía simultáneos a los síntomas depresivos

¿Qué es el Trastorno Afectivo Bipolar (TAB)?

Es una enfermedad mental que afecta al estado de ánimo, el nivel de actividad y la concentración.

MITO: El trastorno bipolar es solo cambios de humor, que todo el mundo tiene.

Realidad: Los altibajos del trastorno bipolar son muy diferentes de los cambios de humor habituales. En este trastorno se experimentan cambios extremos en la energía, la actividad y el sueño que no atípicos en la persona.

Hay distintos tipos y formas del TAB:

TRASTORNO BIPOLAR TIPO I

Combina episodios maníacos, depresivos y mixtos

Ciclotimia

Es una forma más leve. Combina periodos de síntomas depresivos que no llegan a la intensidad de una depresión mayor con periodos de síntomas hipomaniacos.

TRASTORNO BIPOLAR TIPO II

Se alternan episodios depresivos e hipomaniacos

Cicladores rápido

Fases de manía y depresión muy frecuentes sin periodos de normalidad. No es un tipo de TAB como tal.

Elaboró:	Revisó:	Aprobó:	Fecha de Aprobación
Norma C. Pastrana Lizcano	Norma C. Pastrana Lizcano	Dagoberto Giraldo Alzate	14/09/2018
Coordinadora de Calidad	Coordinadora de Calidad	Gerente	

	FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA	MPE-SGC-FR-03
	Formato	Versión: 03
	Actas de Comité, Reunión, Auditoria y Capacitación	Página 3 de 6

¿Cuáles son las causas?

Tiene que ver con una combinación de factores psicológicos, genéticos y sociales.

Una persona con un componente genético se encuentra vulnerable a que situaciones como el estrés, los periodos de falta de horas de sueño o el consumo de sustancias psicoactivas ocasionen un desequilibrio en la química del cerebro, provocando síntomas psíquicos y físicos de la enfermedad.

La principal causa de la recaída es que el paciente deje de consumir la medicación.



Cuidado

- Tomar el medicamento adecuadamente, esto ayuda a tratar las crisis y prevenir las recaídas: Todo medicamento que consumas debe ser prescrito por el profesional de la salud (médico tratante, especialmente psiquiatra)
- Asistir a las consultas de seguimiento con psiquiatría y continuar en seguimiento terapéutico con el psicólogo tratante para controlar los síntomas
- Dormir adecuadamente y en horario regular
- Evitar el consumo de sustancias psicoactivas (alcohol, cigarrillo y demás drogas)
- Buscar acompañamiento de la red de apoyo (familia, amigos y entorno cercano)
- Aplazar la toma de decisiones importantes para los periodos de estabilidad
- Buscar espacios para ti y para actividades que te resulten gratificantes
- Mantener rutinas y evitar situaciones que creen tensión innecesaria
- Emplear hábitos saludables: alimentación saludable, no fumar, hacer ejercicio físico
- Identifica señales de riesgo, conoce los síntomas y aprende cómo manejarlos



Pide apoyo terapéutico a este número

3136552112

Psicología
Nutrición
Fonoaudiología
Terapia Ocupacional
Terapia de piso pélvico
Trabajo social



1.3 ENTREGA DE FOLLETOS DEL DÍA MUNDIAL DEL TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR

Causas

Factores psicológicos, genéticos y sociales.

Una persona con un componente genético se encuentra vulnerable a que situaciones como el estrés, la falta de sueño o el consumo de sustancias psicoactivas ocasionen un desequilibrio cerebral, provocando síntomas psíquicos y físicos de la enfermedad.

La principal causa de la recaída es que el paciente deje de consumir la medicación o no asista a los controles con el personal de la salud (psicología y psiquiatría).



TÉLEFONO PARA AGENDAR SU CITA

3136552112

Psicología
Nutrición
Fonoaudiología
Terapia Ocupacional
Terapia de piso pélvico
Trabajo social

30 DE MARZO

Día mundial del trastorno afectivo bipolar (TAB)



Es una enfermedad mental que afecta al estado de ánimo, el nivel de actividad y la concentración.

Los altibajos del TAB son muy diferentes de los cambios de humor habituales. En este trastorno se experimentan cambios extremos en la energía, la actividad y el sueño que no atípicos en la persona.



Los síntomas se presentan en forma de episodios que pueden durar semanas o meses

Episodio maníaco: Euforia desproporcionada, ideas de grandiosidad, disminución del sueño, aceleración del pensamiento y del habla, hiperactividad, actividad incansable, síntomas psicóticos (delirios y alucinaciones), euforia, impaciencia, irritabilidad, desinhibición conductual y conductas de riesgo (gestos inadecuados, conductas sexuales de riesgo, formas de actuar inadecuadas).

Hipomanía: Cualquiera de los síntomas de la manía de menor grado de intensidad.

Episodio depresivo: Retardo psicomotor, hipersomnia, alteración del estado de ánimo, sensación de vacío, tristeza, desesperanza, llanto frecuente, pérdida del interés y del placer, pensamientos catastróficos, pesimismo, baja autoestima, sentimientos de culpa o fracaso, ideas de muerte o suicidio, alteración del sueño, cambio en el apetito, reducción del deseo sexual, cansancio, irritabilidad y enfado, indecisión.

Mixto: Síntomas de manía o hipomanía simultáneos a los síntomas depresivos.




Cuidados

- Tomar el medicamento adecuadamente como lo indique el médico tratante (psiquiatra)
- Asistir a las consultas de seguimiento con psiquiatría y psicología
- Dormir adecuadamente y en horario regular
- Evitar el consumo de sustancias psicoactivas (alcohol, cigarrillo y demás drogas)
- Buscar apoyo en la familia, amigos y entorno cercano
- Aplazar la toma de decisiones importantes para los periodos de estabilidad
- Buscar espacios para ti y para actividades que te resulten gratificantes
- Mantener rutinas y evitar situaciones que creen tensión innecesaria
- Emplear hábitos saludables: alimentación saludable, no fumar, hacer ejercicio físico
- Identifica señales de riesgo, conoce los síntomas y aprende cómo manejarlos

COMPROMISOS ADQUIRIDOS		
COMPROMISO	FECHA DE CUMPLIMIENTO	RESPONSABLE(S)
Realizar difusión material psicoeducativo Día mundial del trastorno afectivo bipolar.	02 de abril del 2024	Psicóloga.

SE ANEXA LISTA DE ASISTENCIA FIRMAS USUARIOS.

Elaboró:	Revisó:	Aprobó:	Fecha de Aprobación
Norma C. Pastrana Lizcano	Norma C. Pastrana Lizcano	Dagoberto Giraldo Alzate	14/09/2018
Coordinadora de Calidad	Coordinadora de Calidad	Gerente	



FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA
Formato
Listado de Asistencia

MPE-SGC-FR-05
Versión: 02
Aprobación: 08/03/2021

Mes: Abril Año: 2024 Sede: El Prado Municipio: Florencia
Actividad: Capacitación
Tema: Día mundial del trastorno afectivo bipolar - Conmemoración
Responsable(s): Laura Ximera Cabrera Carga: Psicóloga

Día	Nombre Completo del usuario	Documento Identidad	Edad	Tipo usuario	Teléfono	Correo Electrónico	Firma
	Victorio Celis	26630154	76	beneficiario	3134518776	victorio@hormonal.com	Victorio Celis
	Vicente Cano Celis	96351351	56	beneficiario	3134518776	vicencocano@hotmail.com	Vicente Cano Celis
	Jose G. Plazas	6681774	72	beneficiario	3115676744	josgplazas@hotmail.com	Jose G. Plazas
	Ante Carolina Celis	111534734	29	beneficiario	3102367607	ante.carolina@hotmail.com	Ante Carolina Celis
	Jaime Casapue Sierra	30506824	42	beneficiario	3134518776	jaime.celis@hotmail.com	Jaime Casapue Sierra
	Domingo Gonzalez Bernal	104566787	36	beneficiario	3147931172	domingo.gonzalez@gmail.com	Domingo Gonzalez Bernal
	Georgina L. Velez	22568456	33	beneficiario	3115987772	georgina.velez@gmail.com	Georgina L. Velez
	Georgina L. Velez	13670774	66	beneficiario	3102367607	georgina.velez@gmail.com	Georgina L. Velez
	Georgina L. Velez	44324077	44	beneficiario	3102367607	georgina.velez@gmail.com	Georgina L. Velez
	Dulmar L. Velez	52314744	49	beneficiario	3112909133	dulmar.velez@gmail.com	Dulmar L. Velez
	Amanda Yuley Mora	25000929	47	beneficiario	3112909133	amanda.yuley@gmail.com	Amanda Yuley Mora
	Luis Fernando Santos Rivera	37652734	49	beneficiario	3208261667	luisfernando.santos@gmail.com	Luis Fernando Santos Rivera
	Jesús Delgado Páez	19286669	67	beneficiario	3117564973	jesus.delgado@gmail.com	Jesús Delgado Páez
	Angie Delgado	13674772	61	beneficiario	3208261667	angie.delgado@gmail.com	Angie Delgado
	Julio Cesar Delgado	19721965	70	beneficiario	3112909133	julio.cesar.delgado@gmail.com	Julio Cesar Delgado
	Martha Delgado	30519707	45	beneficiario	3112909133	martha.delgado@gmail.com	Martha Delgado
	Rubela Delgado de Páez	40260471	62	beneficiario	3112909133	rubela.delgado@gmail.com	Rubela Delgado de Páez
	Alfonso Delgado	40091313	46	beneficiario	3112909133	alfonso.delgado@gmail.com	Alfonso Delgado
	Lina Marie Noriega Sabogal	1118362581	19	beneficiario	3054439084	linamarienorega@gmail.com	Lina Marie Noriega Sabogal
	Fernando Delgado	117500940	35	beneficiario	3112909133	fernando.delgado@gmail.com	Fernando Delgado
	Luis Alfredo Caspiro	22273050	50	beneficiario	3108266688	luis.alfredocaspiro@gmail.com	Luis Alfredo Caspiro
	Mardy Ximera Epa Tapiero	1119507438	16	beneficiario	3221702982	mardy.ximera@gmail.com	Mardy Ximera Epa Tapiero
	Davidson Jairo M.	82361911	48	beneficiario	3113803072	dauidson.jairo@gmail.com	Davidson Jairo M.

SE ANEXA LISTA DE ASISTENCIA FIRMAS FUNCIONARIOS



FONDO ASISTENCIAL DEL MAGISTERIO DEL CAQUETA LIMITADA
Formato
Listado de Asistencia

MPE-SGC-FR-05
Versión: 02
Aprobación: 08/03/2021

Fecha: 2/04/2024 Hora Inicio: 9:30 am Hora Fin: 11:30 am Lugar: FAMAC El Prado
ACTIVIDAD: Comité Reunión Auditoria Capacitación x Otros
Asunto: Psicoeducación
Objetivo: Conmemoración día mundial del trastorno afectivo bipolar
Responsable(s) convocatoria: Laura Ximera Cabrera Peña

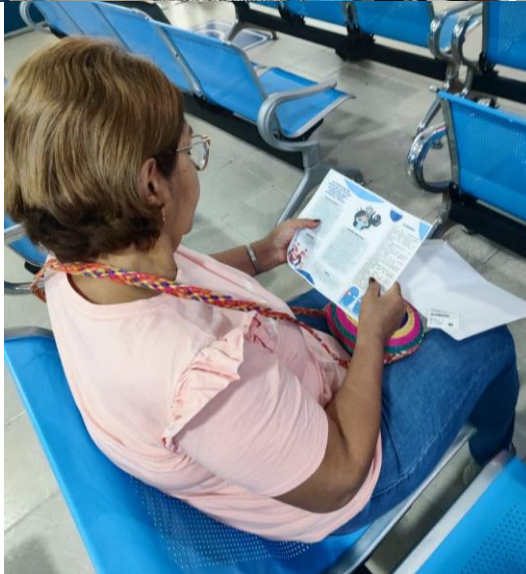
LISTADO DE ASISTENCIA					
No	Nombre Completo	Cargo	Teléfono	E-mail	Firma
1	Osca Guzmán	Coord. SGA	3112357330	osca.guzman@gmail.com	Osca Guzmán
2	Norma C. Pastrana Lizcano	Coord. SGA	3106600693	norma.pastrana@gmail.com	Norma C. Pastrana Lizcano
3	María Angélica	Coord. SGA	3212452261	maria.angelica@gmail.com	María Angélica
4	Yury A. Acevedo	Coord. SGA	3136560008	yury.acevedo@gmail.com	Yury A. Acevedo
5	Yury Avendaño	Aux. Administrativo	3215624019	yury.avendaño@gmail.com	Yury Avendaño
6	Daniela Giraldo	Coord. SGA	3112357330	daniela.giraldo@gmail.com	Daniela Giraldo
7	Kelly Phomac	Aux. Enfermería	3102972442	kelly.phomac@gmail.com	Kelly Phomac
8	Adriana Nava	Aux. Enfermería	3114600025	adriana.nava@gmail.com	Adriana Nava
9	Nidia E. Román	Coord. Opt. Program.	3124352625	nidia.roman@gmail.com	Nidia E. Román
10	Jon S. Warden	Aux. Enf. Programa	3107738444	jon.s.warden@gmail.com	Jon S. Warden
11	Luz Dery Galindo	Dir. Admin. y Fin.	3142709145	luz.dery@gmail.com	Luz Dery Galindo
12	Luz Dery Galindo	Aux. Contable	3150018174	luz.dery@gmail.com	Luz Dery Galindo
13	María Angélica	Aux. Contable	3143619104	maria.angelica@gmail.com	María Angélica
14	Yury A. Acevedo	Coord. SGA	3212452261	yury.acevedo@gmail.com	Yury A. Acevedo
15	Edith Cuellar	Aplicación y Registro	3208001339	edith.cuellar@gmail.com	Edith Cuellar
16	Olivia Castro	Aux. Contable	3210506571	olivia.castro@gmail.com	Olivia Castro
17	Andrés Johanna	Secretaría General	3185014154	andres.johanna@gmail.com	Andrés Johanna
18	Concepción	Aux. Farmacia	3214131976	concepcion@gmail.com	Concepción
19	Andrés Johanna	Aux. Farmacia	3205453859	andres.johanna@gmail.com	Andrés Johanna
20	Laura Ortiz	Registra	254019531	laura.ortiz@gmail.com	Laura Ortiz
21	Edith Cuellar	Aplicación SGA	3227416774	edith.cuellar@gmail.com	Edith Cuellar
22	Yolanda	Enc. X. Farmacia	3134740893	yolanda@gmail.com	Yolanda

Elaboró: Norma C. Pastrana Lizcano Coordinadora de Calidad
Revisó: Norma C. Pastrana Lizcano Coordinadora de Calidad
Aprobó: Dagoberto Giraldo Alzate Gerente
Fecha de Aprobación: 08/03/2021

Elaboró:	Revisó:	Aprobó:	Fecha de Aprobación
Norma C. Pastrana Lizcano Coordinadora de Calidad	Norma C. Pastrana Lizcano Coordinadora de Calidad	Dagoberto Giraldo Alzate Gerente	14/09/2018

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Entrega de folletos a usuarios



Elaboró:	Revisó:	Aprobó:	Fecha de Aprobación
Norma C. Pastrana Lizcano	Norma C. Pastrana Lizcano	Dagoberto Giraldo Alzate	14/09/2018
Coordinadora de Calidad	Coordinadora de Calidad	Gerente	

Entrega de folletos a funcionarios



Elaboró:	Revisó:	Aprobó:	Fecha de Aprobación
Norma C. Pastrana Lizcano	Norma C. Pastrana Lizcano	Dagoberto Giraldo Alzate	14/09/2018
Coordinadora de Calidad	Coordinadora de Calidad	Gerente	