

# Hospital al día

## MARTES SALUDABLES CON SAN JUAN



La E.S.E. Hospital San Juan de Dios de Pamplona está llevando a cabo el programa institucional de prevención y promoción de la salud "Martes Saludables con San Juan", actividad que se realiza a través del grupo Asistencial del programa de Auditoría para el mejoramiento continuo de la calidad (PAMEC), con el apoyo inicialmente de los profesionales del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC-2022).

Las capacitaciones se realizan a través de stand, en horas de la mañana buscando socializar a usuarios, personal de planta y contratistas temas relacionados con el cuidado de la salud física y mental, hábitos de estilo de vida saludable, así como la prevención de diferentes enfermedades.

## JORNADA DE PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

El personal de planta y contratistas de la E.S.E. Hospital San Juan de Dios de Pamplona participaron de la jornada prevención de riesgos cardiovasculares y prácticas del autocuidado a través de hábitos estilo de vida saludable, dirigida por la oficina Seguridad y Salud en el Trabajo, con el apoyo de los profesionales en formación de Psicología, Nutrición y Terapia ocupacional de la Universidad de Pamplona.

Este espacio permitió que los participantes interactuaran a través de actividades que abordaron temas de salud mental, salud laboral, higiene postural, importancia de pausas activas y el cuidado del corazón por medio de la alimentación.



## ACTUALIZACIÓN DE CONTACTOS DE EMERGENCIA



En el marco del fortalecimiento de la gestión de desastres y emergencias, la Brigada de Emergencias de la E.S.E. Hospital San Juan de Dios de Pamplona, quiere informarles a los servidores del sector salud los números de contactos de emergencia Policía nacional: Comando 3502996700, 3203501984; Cuadrantes: 3504017235, 3504017236, 3504017237; Batallón García Rovira: 6075682642; Grupo Gaula Policía Nacional: 3134042468; Fiscalía: 607 568 1700.

Asimismo, el número de Organismos de socorro CMGRD- Consejo Municipal para la Gestión del Riesgo de Desastres: 3212462697, 3006324467; Bomberos Pamplona: 3182924942, 3182924932, 6075683320; Cruz Roja Pamplona: 3123544413, 3187706116; Defensa Civil: 3165334893, 3112242940 y entidades de salud Conmutador: 6075682486 Y Urgencias: 3112117003, 6075681431.

*Donde quiera que se ama el arte de la medicina se ama también a la humanidad. -Platón*

