

CONOCERSE A SÍ MISMO ES EL PRINCIPIO DE TODA SABIDURÍA

El personal de salud de la .S.E. Hospital San Juan de Dios de Pamplona, participaron en la estrategia "impulsando el bienestar emocional" orientado por los Psicólogos en formación de la Universidad de Pamplona, encuentro psicoeducativo desde el área organizacional.

El objetivo principal de esta actividad fue promover la gestión y control de las emociones entre los colaboradores a través de la implementación de un "botiquín emocional" en el que se podía encontrar diferentes elementos que aportaban como lista de red de apoyo, recordando la importancia de personalizar el botiquín de acuerdo a las preferencias y necesidades individuales. Además, se enfatizó que, si bien el botiquín emocional puede ayudar a mejorar el estado de ánimo, no aborda las causas subyacentes de



cualquier malestar emocional, por lo que es relevante buscar estrategias adicionales para el cuidado de la salud mental.

De igual forma, se abordó el tema de la inteligencia emocional, dándole a los participantes las herramientas prácticas para el manejo de las emociones y la arteterapia, donde se invitó al personal a plasmar en un dibujo la emoción que había predominado en sus vidas durante la semana, fomentando así la conciencia emocional.

Este encuentro psicoeducativo fue altamente valorado por los participantes, quienes expresaron su gratitud por la oportunidad de fortalecer su bienestar emocional y aprender herramientas prácticas para enfrentar los desafíos diarios.



"EL PADRE ES EL PRIMER HÉROE DE UN HIJO Y EL PRIMER AMOR DE UNA HIJA"

Los Psicólogos en formación que realizan su práctica en la E.S.E. Hospital San Juan de Dios de Pamplona, conmemoraron el día del padre a través de la entrega de un detalle y una tarjeta como muestra de agradecimiento por el amor incondicional, devoción y entrega.

La actividad tuvo como objetivo destacar la importancia de la figura paterna en la vida de cada individuo y reconocer su importante labor en el cuidado y apoyo de sus hijos, denominada "El padre es el primer héroe de un hijo y el primer amor de una hija", momento en el que se les recordó la importancia y el valor de su rol en la familia, resaltando los lazos familiares y fortalecer los vínculos afectivos, quienes expresaron su gratitud por este gesto significativo en una fecha tan especial.



CUANTO MÁS OSCURA ES LA NOCHE, MÁS BRILLANTE SON LAS ESTRELLAS

Promoviendo la salud emocional, se realizó encuentro psicoeducativo que abordó la intervención del duelo en postpandemia, actividad desarrollada desde el área de Talento Humano con articulación de los Psicólogos en formación de la Universidad de Pamplona, con el objetivo de brindar estrategias para la intervención del duelo.



En primer lugar, se abordaron los sentimientos y emociones experimentados por el personal sanitario durante la pandemia, estableciendo el marco temático de la jornada, seguidamente, se llevó a cabo una sesión de psicoeducación sobre el duelo, enfocándose en las fases y tareas necesarias para la aceptación y el proceso de recuperación, finalizando con actividad llamada "Árbol del Agradecimiento", donde se proporcionó una hoja a cada participante para que escribieran una frase de agradecimiento en honor a sus seres queridos, las pérdidas vivenciadas o un proceso de duelo.



Esta actividad permitió reflexionar sobre la importancia de cerrar ciclos y resaltar la resiliencia como recurso clave para enfrentar situaciones adversas.

EL HOSPITAL DE PAMPLONA RECIBIÓ VISITA DE LA UDES

La E.S.E. Hospital San Juan de Dios de Pamplona, recibió visita la Dra. María Mercedes Hidalgo Villamizar, coordinadora de Bacteriología de la Universidad de Santander y Dra. Ana Milena Niño, coordinadora de Convenidos de la UDES con el fin de reactivar las relaciones interinstitucionales con el fin de la renovación del convenio Docencia Servicio.



La jornada inició con una reunión junto con el Dr. Hernando José Mora González, Gerente de la E.S.E. La Dra. Janet Blanco Montañez, Subdirectora Científica, La Dra. Mary Yatpawa Rojas, Coordinadora del servicio de Laboratorio y el Dr. Carlos Ernesto Roza Toloza, P.U. de Talento Humano, seguido de un recorrido por las instalaciones de la E.S.E.

