



CAJA COSTARRICENSE DEL SEGURO SOCIAL
DIRECCIÓN INSTITUCIONAL DE
CONTRALORÍAS DE SERVICIOS DE SALUD
EQUIPO DE JUNTAS DE SALUD

BOLETÍN 6 • EDICIÓN NOVIEMBRE- DICIEMBRE 2020

EQUIPO JUNTAS DE SALUD

CCSS-DICSS

BOLETÍN DEL EQUIPO
DE JUNTAS DE SALUD

TABLA DE CONTENIDO

Artículos • Pág.1, Pág.2, Pág.3

Anuncios y Noticias • Pág.4 a la
Pág.16

Posibles Efectos Psicológicos de la Temporada Navideña

Escrito por: Gaudy Solano Ortega
Psicóloga Cód. 6835/ Equipo de Juntas de Salud

La Navidad es magia, luz y llena de felicidad para muchas personas, por el contrario, para otras simplemente es una época más y un tiempo que genera muchos sentimientos de nostalgia, tristeza, desinterés, dolor, melancolía, ansiedad, depresión, entre otros.

Estas situaciones se presentan debido a que la Navidad viene acompañada de grandes expectativas y si éstas no se pueden o logran cumplir, pueden causar frustración, lo que provoca que algunas personas no se sientan felices con el acercamiento de esta época en el calendario. Lo que sucede es que se ha hecho creer que en Navidad debemos divertirnos a toda costa, son pautas adquiridas por la sociedad y que en algunas ocasiones no son realistas para la realidad que está viviendo cada individuo.

Cada persona puede vivir y festejar la Navidad a su manera, para muchos es tiempo para estar solos, para algunos en familia, para otros tiempos de descanso, tiempos de trabajo y así muchas situaciones más, por lo que de esta forma sería una Navidad propia y no una impuesta y sin acercarse a la realidad que vive cada uno.

Por otra parte, el consumismo ya propio de la época se relaciona con la cantidad de dinero que se tenga para gastar. Por este motivo se deriva la preocupación de muchas personas al no tener dinero suficiente para cumplir con todo lo que necesitan para tener una Navidad "feliz" de este modo se pierde el verdadero valor de la Navidad.

La Navidad desencadena sentimientos encontrados por diferentes razones y se dificulta armonizar momentos de felicidad como, por ejemplo, esos momentos para compartir con los niños y la ilusión que ellos tienen propia de la época, compartir con seres queridos, con amigos, comparado con otros momentos que no son tan felices y que traen recuerdos dolorosos como las ausencias, recuerdos de la infancia, lejanía de seres queridos, la crisis económica y otras situaciones pueden provocar infelicidad.

En algunos hogares este año en la cena de Navidad estarán sillas vacías por diferentes situaciones y aún más por la pandemia del COVID 19 que se está viviendo genera más situaciones complicadas, lo cual hace que el proceso para aprender a enfrentarlas sea aún más complejo.

En la página <http://www.nuecesyneuronas.com/6-efectos-psicologicos-puede-provocar-la-navidad/>, mencionan las siguientes recomendaciones que se pueden tomar en cuenta para esta época del año puedan sentirse mejor:

Euforia

Es posible que los estímulos luminosos, la ingesta de comida con exceso de azúcar, las comidas y cenas con cierta dosis de alcohol, el reencuentro con seres queridos, entre otros, provoque estados de euforia.

Recomendación: ¡En ese caso aproveche y disfrute! ¡Vívalos con intensidad, pero también con precaución! Disfrute uno de esos momentos que tanto le gustan, pero vigile los excesos.

Tristeza

Al contrario que en el caso anterior, hay personas a los cuales la Navidad les evoca una profunda melancolía o tristeza. Puede ser el caso de aquellos que echan en falta a algún familiar al que perdieron y con el cual compartían estos días; así como también aquellos que tienen lejos a sus familiares y seres queridos.

Recomendación: Si este es tu caso, trate de aceptar la llegada de estas fechas sin oponerse. Resistirse a esa aceptación podría llevarle a sentir frustración o incrementar su sensación de tristeza. Puede tratar de centrarse en vivir buenos momentos con los que tiene cerca.

Frustración

Cuando alguien no puede regalar a sus seres queridos aquello que desearía por falta de recursos económicos, o cuando nos damos cuenta de que no somos capaces de llevar a cabo los propósitos de año nuevo, podemos sentirnos muy frustrados.

Recomendación: Tenga en cuenta que aquello que nos impone la sociedad no siempre es lo correcto. Unas celebraciones en las que podamos vivir buenos ratos con la gente que queremos y darnos algún que otro capricho puede ser más que suficiente. En cuanto a los propósitos de año nuevo, trate de ser realista y recuerde que es preferible fijarse solo unos pocos y cumplirlos.

Consumismo desmesurado

Turrónes, bombones, comidas para la cena de Nochebuena, regalos, vino, como todos sabemos, los productos y artículos que se pueden adquirir en estas fiestas son infinitos y de todo tipo. Es posible que cuando de un paseo por los centros comerciales, los niveles de dopamina se disparen en su cerebro al ver todas esas luces y productos, y tenga un impulso irrefrenable de comprártelo todo.

Recomendación: Antes de salir de casa tome el dinero justo que vaya a necesitar para comprar lo que había pensado. También puede hacer un listado en el cual vaya registrando todos los gastos relacionados con artículos y productos navideños.

Angustia

Para algunos el mero hecho de tener que reunirse con la familia y tener que cumplir con la tradición puede resultar angustioso. Hay quienes no tienen ningunas ganas de compartir esos momentos en familia porque sus relaciones familiares no son como les gustaría y sienten que deben someterse a momentos embarazosos, discusiones, conflictos.

Recomendación: ¡Rompa la tradición y estas Navidades acuda solo a los eventos que usted desea! Podría estar pensando que es más fácil decirlo que hacerlo... ¡Y tiene toda la razón! Si esto le parece demasiado drástico, piense que solo es una vez al año y que la exposición a este tipo de situaciones puede ser una oportunidad para ayudarlo a crecer como persona, a desarrollar la paciencia y la aceptación, e incluso a reírse de sí mismo y restarles importancia a algunas situaciones.

Generosidad y benevolencia

Todos los años, por estas fechas, aumenta el número de gente que colabora con alguna causa benéfica donando comida, ropa o juguetes a los más necesitados, o asistiendo a asilos de ancianos, hospitales o comedores sociales.

Recomendación: Como este comportamiento es muy loable, debería plantearse hacerlo extensivo al resto del año, si este es su caso y se encuentra dentro de sus posibilidades.

Aunque no hay fórmulas mágicas, sí existe la posibilidad de vivir la época de acuerdo con las posibilidades de cada persona. La idea es tener calidad de vida y sentirse bien. ¡¡Les deseo, muy Feliz Navidad y Año Nuevo!!



JUNTAS DE SALUD EN ACCIÓN

Presentación de la Charla "Situación Epidemiológica COVID-19" al Consejo Regional de Juntas de Salud de la Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Central Norte

En la sesión extraordinaria del Consejo de Presidentes de Juntas de Salud de la Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Central Norte, realizada el pasado 09 de diciembre, se contó con la participación del Dr. Carlos Alpízar Chacón, médico del Unidad Regional de Epidemiología de la Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Central Norte, quién impartió la charla denominada "Situación Epidemiológica COVID-19". El objetivo de la actividad era dar a conocer la evolución que ha tenido la enfermedad COVID-19 a nivel mundial, la situación país y finalizando con los datos de la Red Central Norte. Se hizo énfasis en el incremento de la capacidad hospitalaria que se ha presentado en los últimos días, principalmente de camas de las Unidades de Cuidados Intensivos, ya que esta situación puede llegar a poner en un dilema al personal de salud, de tener que elegir a quién se le puede dar una cama y a quién no, son decisiones difíciles que ya se han vivido en Europa y que a la fecha Costa Rica no lo ha experimentado, pero no está exento de que pueda ocurrir. Al finalizar la presentación se realizó un llamado a reforzar las medidas y no bajar la guardia, sobre todo durante estos días festivos que se aproximan y se resaltó la importancia de extender este mensaje en todas las comunidades desde las Juntas de Salud de forma virtual.

Asimismo, la Dra. Nurya Valverde Fallas, comentó sobre diferentes estrategias que la Caja Costarricense de Seguro Social está realizando para la prevención del contagio. Una de ellas se presenta desde la Dirección de Comunicaciones de la Institución, quienes han realizado material que está a disposición de todas las Juntas para ser utilizadas a nivel local (folletos, videos, cuñas de perifoneo). Además, comentó sobre la estrategia de prevención del contagio con grupos vulnerables (adultos mayores, diabéticos, hipertensos) y que desde los servicios de trabajo social se está haciendo un proyecto que se llama "Familias Preparadas, Comunidades Organizadas Frente al COVID-19" y motivó a los participantes para que le soliciten a los Servicios de Trabajo Social de sus Unidades la ejecución de este. Consta de dos sesiones donde se le enseña a las familias y actores sociales de diferente naturaleza sobre el diseño de Planes de Protección Familiar.



Información recopilada por: Licda. Alejandra Rojas López. Equipo de Juntas de Salud. Por solicitud de la Dra. Nurya Valverde Fallas, Facilitadora Regional de la Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Central Norte.

SEGUIMOS DONANDO MASCARILLAS DESDE LA JUNTA DE SALUD DEL HOSPITAL SAN VICENTE DE PAUL

La Junta de Salud del Hospital San Vicente de Paúl continúa donando mascarillas a diferentes asociaciones y grupos de la comunidad, gracias a la donación realizada por la Cámara de Industria, Comercio y Turismo de Heredia.

Información enviada por: Ronal Villalobos Segura. Presidente de la Junta de Salud del Hospital San Vicente de Paúl.



Imágenes de la entrega de mascarillas

PRESENTACIÓN DE LA NUEVA DIRECTORA MÉDICA DEL ÁREA DE SALUD HEREDIA CUBUJUQUÍ A LA JUNTA DE SALUD

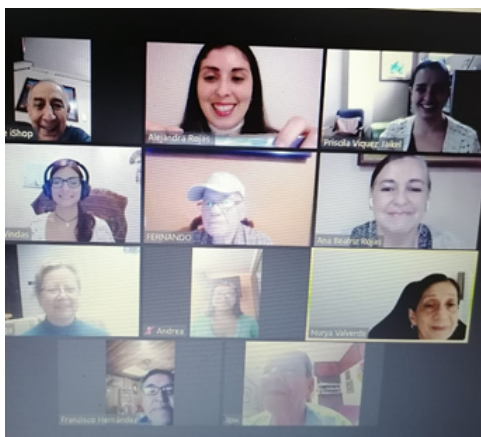


Imagen tomada de la sesión.

El pasado 17 de noviembre se llevó a cabo de forma virtual, la reunión para la presentación a la Junta de Salud de la nueva Directora Médica del Área de Salud Heredia Cubujuquí, la Dra. Priscila Víquez Jaikel. Se contó con la participación de la Dra. Roxana Usaga Carrasquilla Directora Regional (quien realizó la bienvenida e introducción a la Doctora), la Dra. Nurya Valverde Facilitadora Regional (moderadora), la Licda. Lucy Vindas Álvarez (Jefa de Trabajo Social), la Licda. Andrea Padilla Valverde (facilitadora local) y los integrantes de la Junta de Salud: Ana Beatriz Rojas Avilés, Oscar Briceño Wong, Fernando Hernández Valerio, Jorge Elizondo Oviedo y Francisco Hernández Vargas. La Doctora Víquez, expresó su entusiasmo por trabajar en los diferentes proyectos que son necesarios de desarrollar en el Área para brindar un mejor servicio a los usuarios y recaló la importancia de poder trabajar junto con la Junta de Salud. Por su parte los miembros de la Junta externaron sus buenos deseos a la Doctora y le indicaron que puede contar con ellos en adelante. Asimismo, se indicó la importancia de poder mantener este tipo de reuniones virtuales mientras se continúe con la emergencia por la pandemia de COVID- 19. De esta manera es posible mantener una buena comunicación entre la Junta de Salud, la facilitadora local y la Dirección Médica.



Fotografía facilitada por el presidente de la Junta de Salud de Cañas

Nueva Infraestructura para Cañas

El Área de Salud de Cañas ha observado el incremento de la infraestructura. Se ha iniciado la construcción del EBAIS de Barrio Unión que comprende la cobertura de los usuarios de las Comunidades de: Residencial El Veroliz, Barrio San Martín, Urbanización Las Tres Marías, Barrio Unión y los caseríos de Corobicí, Sandial y Cedros. El Área es de 400m² más obras exteriores. El costo total de la obra es de \$570 millones. La construcción está a cargo de la Empresa INGESUR de Pérez Zeledón, cuyo Ingeniero es el Señor Alejandro Morales. Supervisa el Área Regional de Ingeniería y Mantenimiento de la C.C.S.S, donde el Ingeniero es Jorge A. Vargas. La Junta de Salud de Cañas se siente orgullosa porque con éste tipo de edificaciones se fortalece la Salud Pública Costarricense.

Información enviada por: Sr. Eric Ruiz González
Presidente de la Junta de Salud de Cañas.

Buenas Prácticas Apoyo en Atención del COVID-19

La Junta de Salud de Florencia, ha realizado una serie de acciones con el propósito de promover buenas prácticas entorno al COVID-19 de las que se destacan las siguientes: Movilización de redes de apoyo comunal para ayuda humanitaria a familia aisladas por contagio. Educación a la población por medio de divulgación de materiales informativos a través de redes sociales. Coordinación de capacitaciones a empresas de la zona sobre Plan de Prevención Familiar ante COVID-19.

Información enviada por: Licda. Elena Castro arroyo. Facilitadora de la Junta de Salud de Florencia.



Fotografía enviada por la facilitadora de la Junta de Salud de Florencia.

Presentación de Resultados en la identificación de necesidades de las Personas al Consejo Regional de Juntas de Salud de la Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Huetar Atlántica y a las Asociaciones de Desarrollo Indígenas

El pasado 10 de diciembre de 2020, se realizó la devolución de los Resultados en la identificación de Necesidades de las personas de la Dirección de Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Huetar Atlántica. Estos resultados son el producto del esfuerzo y el trabajo de la Región, el proceso estuvo liderado por la Dra. Andrea Alpízar Gaitán, la Dra. Hazell Mena Moya y la Dra. Mayra Pérez Chaves, con el apoyo técnico del Dr. Oscar Villegas del Programa de Fortalecimiento de la Prestación de los Servicios de Salud.

La bienvenida estuvo a cargo Dr. Uilman Rojas Molina quién comentó sobre el transitar que ha tenido la Región respecto al cambio a Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud y sobre la necesidad de tener un modelo de atención centrado en las personas, el cual inicia en conocer y atender cuáles son las necesidades de las personas.

Dentro del consolidado de necesidades identificadas de la región se destacan las enfermedades crónicas no transmisibles tales como: la obesidad, diabetes mellitus 2, hipertensión y el cáncer. Con relación a la población de niñez y adolescencia se definen las siguientes: salud bucodental y anemia en niños; en adolescentes los trastornos mentales (suicidio, conductas autolesivas y consumo de drogas) y la salud sexual y reproductiva (infecciones transmisión sexual, embarazo).

Como factores externos se identifica la violencia y maltrato (en niños y personas con discapacidad). En cuanto al acceso se definen necesidades en el buen trato, servicios seguros, educación sobre alimentación saludable (en adultos). En la población indígena las condiciones de acceso geográfico, cultural y el idioma; también se plantearon requerimientos sobre el buen trato y calidez de los servicios.

Por medio de la identificación de estas necesidades es posible orientar la planificación local y regional para la Huetar Atlántica y además, se busca generar actividades que permitan el abordaje de necesidades de las poblaciones indígenas.

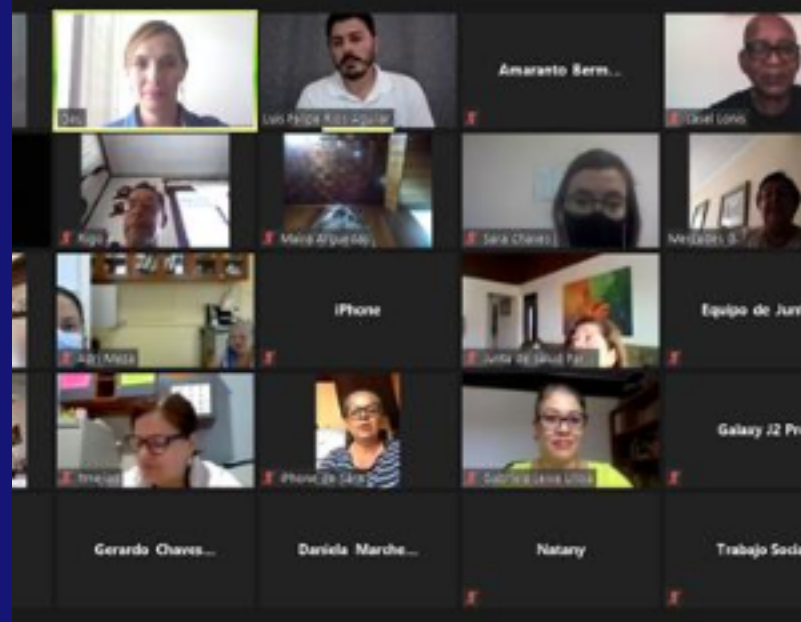
Información recopilada por: Licda. Alejandra Rojas López. Equipo de Juntas de Salud. Por solicitud de la MSc. Mayra Pérez Chaves, Facilitadora Regional de la Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Huetar Atlántica.



ACTIVIDADES DESARROLLADAS CON LAS JUNTAS DE SALUD

Red Central Sur

Se impartió la capacitación: "Nuevo Reglamento de Juntas de Salud", el día 23 de octubre. Dicha actividad estuvo dirigida a los miembros de Juntas de Salud, Red Este Hospital Calderón Guardia a las Juntas de Salud (Curridabat, Carmen- Montes de Oca, Coronado, Zapote Catedral, Moravia, Goicoechea 1 y 2, San Sebastián Paso Ancho y San Francisco San Antonio) y para la Sub Red Este Hospital Max Peralta, a las Juntas de Salud (Cartago, El Guarco, Oreamuno, Paraíso, Turrialba, Corralillo, San Juan -San Diego, La Unión y los Santos) de la Red Integrada de Prestación de Servicios de Salud Central Sur.

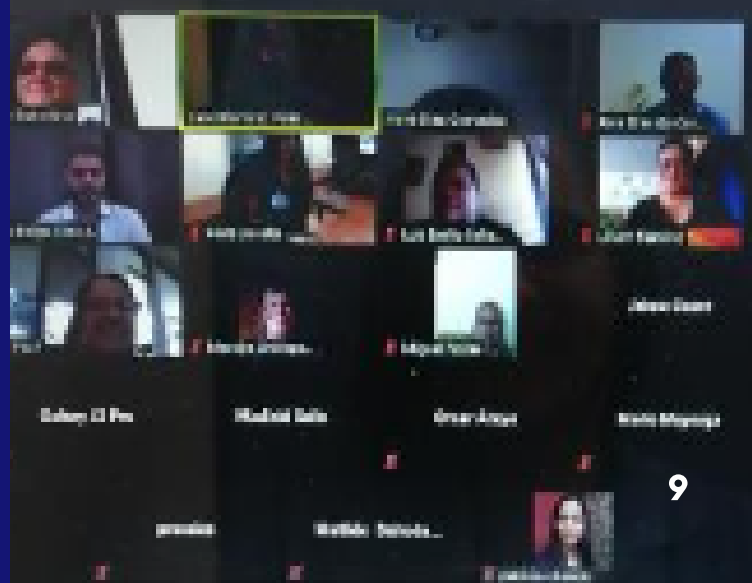


Red Brunca

Se impartió la capacitación: "Nuevo Reglamento de Juntas de Salud", el día 03 de noviembre.

Red Chorotega

Se impartió la capacitación: "Nuevo Reglamento de Juntas de Salud", el día 05 de noviembre.



ACTIVIDADES DESARROLLADAS CON LAS JUNTAS DE SALUD

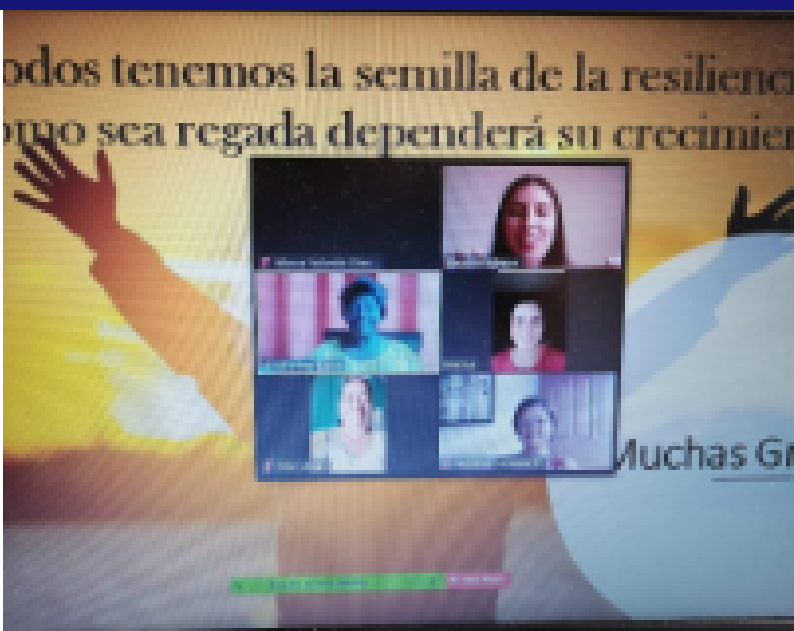
Red de Hospitales

Se impartió la capacitación: "Nuevo Reglamento de Juntas de Salud", el día 06 de noviembre.



UNIFICACIÓN: REGLAMENTO-MANUAL

- Manual consistía en una extensión del Reglamento.
- Evita contradicciones y dispersión normativa.

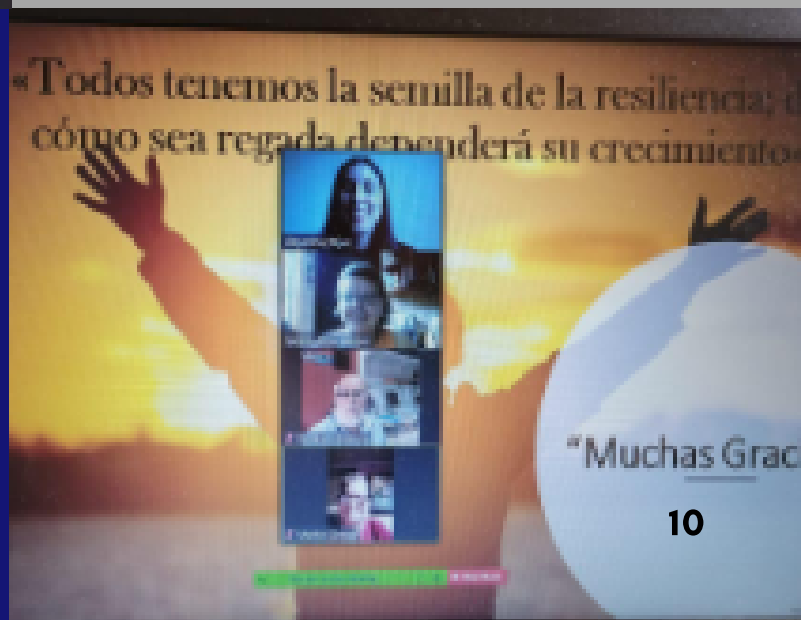


Red Huetar Atlántica

Se impartió la capacitación: "Cuando la adversidad llama a tu puerta, Como respondes?", el día 10 de noviembre.

Red Central Norte

Se impartió la capacitación: "Cuando la adversidad llama a tu puerta, Como respondes?", el día 11 de noviembre.



ACTIVIDADES DESARROLLADAS CON LAS JUNTAS DE SALUD

Red de Huetar Norte

Se impartió la capacitación: "Nuevo Reglamento de Juntas de Salud", el día 12 de noviembre.



Is Felipe



Red Chorotega

Se impartió la capacitación: "Cuando la adversidad llama a tu puerta, Como respondes?", el día 16 de noviembre.

Red Brunca

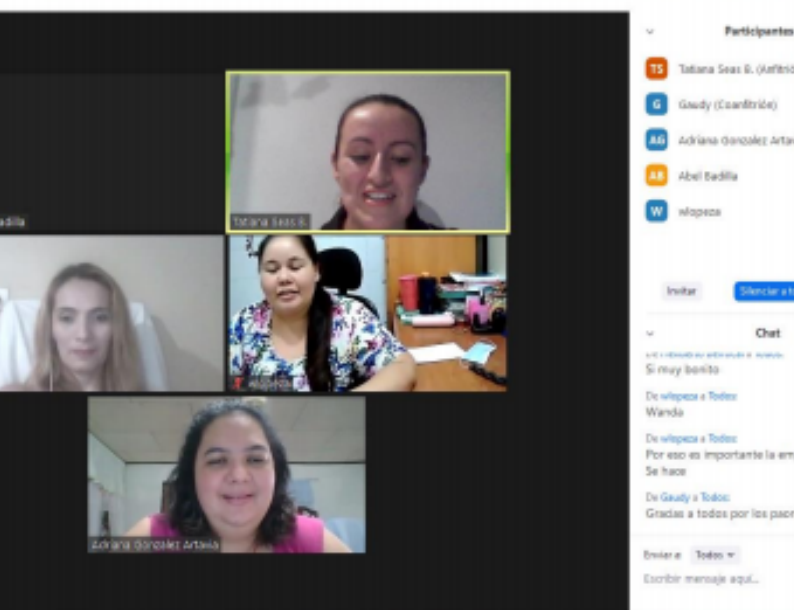
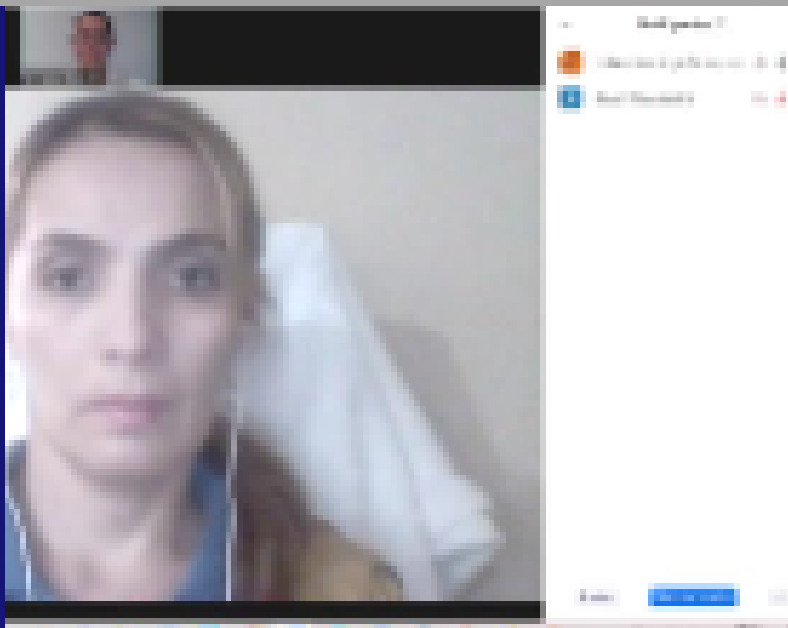
Se impartió la capacitación: "Cuando la adversidad llama a tu puerta, Como respondes?", el día 18 de noviembre.



ACTIVIDADES DESARROLLADAS CON LAS JUNTAS DE SALUD

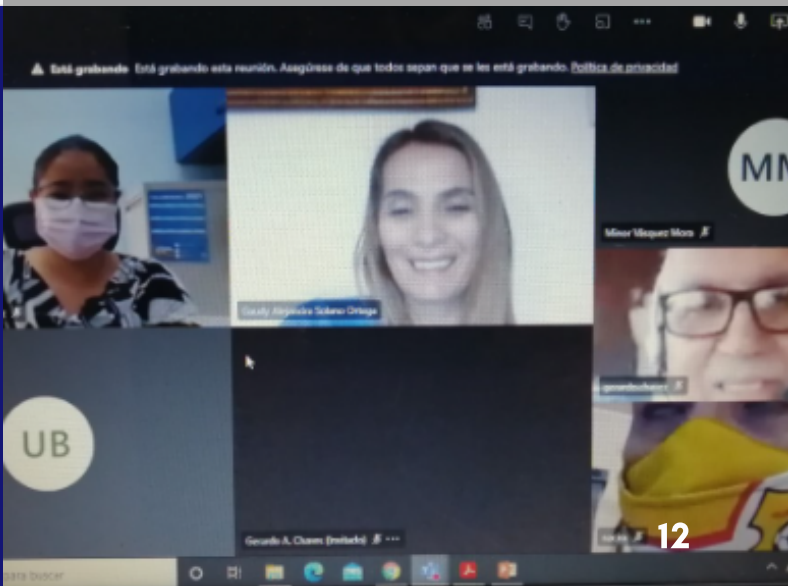
Red Huetar Norte

Se impartió la capacitación: "Cuando la adversidad llama a tu puerta, Como respondes?", el día 24 de noviembre.



Red Pacífico Central

Se impartió la capacitación: "Cuando la adversidad llama a tu puerta, Como respondes?", el día 26 de noviembre.



Junta de Salud del Área de Salud de Golfito

Se impartió la capacitación: "Guía básica para el uso de la aplicación Microsoft Teams", el día 14 de diciembre.

NOTICIAS E INFORMACIÓN IMPORTANTE



24 DE DICIEMBRE, CONMEMORACIÓN DE LA CREACIÓN DE LAS JUNTAS DE SALUD JUNTAS DE SALUD, EN PRO DE LA DEMOCRACIA Y EL BIEN DEL ASEGURADO

Escrito por: Carol Ramírez Peñaranda
Ingeniera Industrial/ Equipo de Juntas de Salud

Desde la época precolombina en Costa Rica se manifestó de una manera básica la seguridad social, donde se evidenció la preocupación de la comunidad en el tema de salud.

Con la promulgación de la Ley de creación de la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS) se instaura un sistema de solidaridad tripartito, en el cual participan el trabajador, el empleador y el Estado. Sus objetivos iniciales fueron desarrollar poco a poco el seguro de Enfermedad y Maternidad, así como el de Invalidez, Vejez y Muerte.

Tiempo después de creada la institución se van haciendo inclusiones y divisiones para un mejor manejo de las actividades que esta realiza, una de estas fue el establecimiento de la Ley N°7852 de Desconcentración de los Hospitales y Clínicas de la Caja Costarricense de Seguro Social, publicada en la Gaceta Oficial N°250 del 24 de diciembre de 1998, establece en su capítulo II, artículo 2, la creación de las Juntas de Salud a las que define como "entes auxiliares de los hospitales y Clínicas, para mejorar la atención de la salud, el desempeño administrativo y financiero, así como la promoción de la participación ciudadana".

La existencia de la Ley que crea las Juntas de salud es un gran logro para la institución y para la democracia. Los ámbitos de acción que la Ley define para las Juntas, hacen pensar que la participación ciudadana en salud, puede tener en ellas, un espacio y un mecanismo para establecer comunicación por medio de los y las representantes, en las decisiones de los órganos de salud. Hay que recordar que las Juntas de Salud están conformadas por "dos representantes patronales de la zona de atracción del centro de salud, tres asegurados de la zona de atracción del centro de salud que no sean empleados de éste y dos representantes de las asociaciones pro salud".

Actúan como auxiliares de los centros asistenciales y representan la participación de la sociedad civil en el sistema de salud, por lo que su contribución en la identificación de problemas, necesidades y propuestas llena una necesidad democrática y cívico-social.

Este año 2020, que ha sido difícil para todo el mundo, de parte del Equipo de Juntas de Salud, les reconocemos el arduo trabajo que realizan, aún con las limitaciones que se tengan.

LAS JUNTAS DE SALUD AÚN CON SUS LIMITACIONES HACEN UN APOORTE INVALUABLE EN LA SEGURIDAD SOCIAL COSTARRICENSE.

Los felicitamos por formar parte de estas organizaciones de forma voluntaria y por querer hacer de sus comunidades y centros de salud un lugar acorde a las necesidades del asegurado.

Que esta
Navidad esté
llena de

PAZ

amor y
alegría

FELIZ NAVIDAD





*A todos los
cumpleañeros de los
meses de noviembre y
diciembre
¡muchas felicidades!*

El Equipo de Juntas, les invita a participar de la conformación de contenido para el boletín, para el envío de información utilizar el siguiente correo: junsalccss@ccss.sa.cr

Contactos Equipo de Juntas de Salud
Dirección Institucional de Contralorías de Servicios de Salud

Dirección: San José, Barrio Don Bosco. Torre B, Centro Corporativo Internacional Hogares de Costa Rica, calle 26, entre avenidas 6 y 8, piso 2.

Correo: junsalccss@ccss.sa.cr
teléfono: 2539-0000 ext 6355, Directo: 2539-0723

Miembros del Equipo de Juntas de Salud

Licda. Alejandra Rojas López
Ing. Carol Ramírez peñaranda
Licda. Gaudy Solano Ortega
Lic. Luis Felipe Ríos Aguilar
Licda. Tatiana Seas Barrientos
Sra. Claudia Quedo Acevedo