



Informativo de Promoción de la Gestión del Conocimiento

Diciembre 2020
Volumen 1, N°12

PRESENTACIÓN

El informativo de Promoción de la Gestión del Conocimiento, es una publicación mensual de las actividades que desarrolla la Unidad de Promoción de la Gestión del Conocimiento en el Instituto Nacional de Salud, a través de plataformas virtuales como el Blog INSteractúa y el portal de Diseminación Selectiva de Información (DSI).

Este duodécimo número del año, es una recolección de información y conocimiento de los colaboradores del INS, los cuales han sido organizados en infografías, post y otros; en temas relacionados con salud pública, investigación, salud ocupacional, medicina alternativa y complementaria, alimentación y nutrición.

*Unidad de Promoción de la Gestión del Conocimiento
Oficina General de Información y Sistemas
Instituto Nacional de Salud*

Contenido

Mitos y verdades COVID-19.....	2
Ventajas de la telemedicina.....	2
Diabetes y COVID-19.....	3
Juguetes y desarrollo infantil.....	3
Alimentación saludable y tecnología.....	4
Reuniones familiares como foco de Infección COVID-19.....	4
Uso incorrecto de las mascarillas faciales.....	5
Matico: uso medicinal.....	5

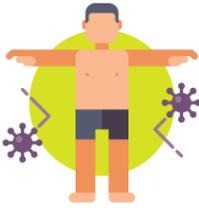
Para más información, hacer clic en el título de cada publicación. ↗





¿Inmunidad y COVID-19?

La respuesta inmune es uno de los factores clave de respuesta frente a la enfermedad.



“Las fuerzas naturales dentro de nosotros son los verdaderos sanadores de la enfermedad”.
(Hipócrates)

Ventajas de la telemedicina

La telemedicina facilita el acceso a las consultas médicas cuando las circunstancias dificultan el desplazamiento del paciente, permite así el cuidado de la salud.



Mitos y verdades COVID-19

Existen mitos e información falsa, que pueden generar que las personas no tomen en cuenta cómo deben ser las medidas para prevenir el contagio e incluso podrían consumir productos y alimentos que pueden afectar su salud.



¿Existe relación entre la contaminación del aire y el COVID-19?

Los altos niveles de contaminación, pueden aumentar el riesgo de la población a síntomas más graves y complicaciones respiratorias de la enfermedad.



Los contaminantes en el aire pueden afectar la función inmunológica y la eficiencia del pulmón.

Diabetes y COVID-19

La diabetes se asocia con mayor riesgo de infección grave y una mayor mortalidad en pacientes con COVID-19.

Juguetes y desarrollo infantil

El uso de juguetes es fundamental para el desarrollo infantil ayudan a los niños a explorar su realidad, a encontrar nuevos caminos y desarrollar su imaginación.



Juguetes: ¿tóxicos o inofensivos?

Los juguetes son elementos que fomentan la creatividad e imaginación; pero se deben tomar en cuenta algunos factores a fin de proteger la seguridad de los niños.





Alimentación saludable y tecnología

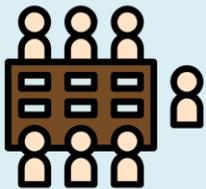
Cada vez son mayores las aplicaciones y programas relacionados y orientados a la mejora de la alimentación.

En internet existe un amplio número de páginas y Apps que ofrecen programas para el control de algunas enfermedades, especialmente el sobrepeso u obesidad.

Reuniones familiares como foco de Infección COVID-19

Si no es posible evitar las reuniones familiares con personas ajenas a tu hogar, usa mascarilla y respeta la distancia física.

Siga estas [recomendaciones para una reunión segura](#) y evitar el COVID-19.



Recomendaciones para la cena navideña

La cena navideña, es un momento para compartir con la familia, pero debemos tener cuidado en no caer en excesos, por ello se recomienda consumir porciones pequeñas, del tamaño del puño y evitar combinar las grasas con el alcohol.





Uso correcto de las mascarillas faciales

Antes de usar la mascarilla se debe realizar el lavado de manos con agua y jabón aproximadamente durante 20 segundos.



“El mayor regalo que le puedes dar a tu familia y al mundo es un tú saludable”.
(Joyce Meyer)

Uso incorrecto de las mascarillas faciales

Para el uso de la mascarilla debemos tomar en cuenta algunas recomendaciones a fin de disminuir el riesgo de infección por COVID-19.



Recomendaciones para una compra segura y evitar el COVID-19

Una buena planificación, el uso de la mascarilla en todo momento, el guardar la distancia física y la higiene de manos son factores fundamentales para la seguridad propia y la de los demás.



Matico: uso medicinal

Esta planta medicinal tiene múltiples usos. Favorece la curación de heridas, se emplea en casos de dolor de estómago, tos, infecciones urinarias, entre otros.



Unidad Funcional de Promoción de Gestión del Conocimiento

UFPGC

La UFPGC tiene como objetivo captar, gestionar y difundir el conocimiento institucional o el que se produce por un organismo o institución al que se circunscribe, empleando las tecnologías informáticas y comunicacionales que se dispone.

Funciones:

- Promover el desarrollo de capacidades en el personal, en relación a la gestión del conocimiento.
- Fomentar la sistematización del conocimiento científico, técnico y buenas prácticas en la institución.
- Contribuir con la formulación y actualización de documentos normativos y documentos técnicos relacionados con la gestión del conocimiento en el INS.



INSteractúa
BLOG DE SALUD, CIENCIA Y TECNOLOGÍA



¿Te Gusta Escribir?



**Te invitamos a ser parte del Staff de
colaboradores de INSteractúa**

Solicita las bases al correo:

oeidoc@ins.gob.pe



PERÚ Ministerio de Salud



INSTITUTO NACIONAL DE SALUD

EL PERÚ PRIMERO



<http://insteractua.ins.gob.pe/>
<https://dsi.ins.gob.pe/>
<https://aries.ins.gob.pe/>