



Boletín de Promoción de la Gestión del Conocimiento

Julio 2019
Volumen 1, N° 7

Editorial

Actualmente, uno de los problemas de salud más graves es [el sobrepeso y la obesidad](#), las cifras en la población infantil han aumentado de forma alarmante. Por ello, el MINSA ha dispuesto implementar la colocación de [octógonos de advertencia](#) en los productos de consumo masivo, y a su vez el Instituto Nacional de Salud presentó las "[Guías Alimentarias para la Población Peruana](#)", ambas iniciativas buscan mejorar la calidad de vida de la población y por tanto la reducción de enfermedades.

En ese sentido se presenta el boletín de Promoción de Gestión del Conocimiento, que es un resumen de las actividades que la Unidad de Promoción de Gestión del Conocimiento viene desarrollando en el Instituto Nacional de Salud desde el año 2016 a través de plataformas virtuales como el Blog INSteractúa, el Boletín Institucional, WIKI INS y el portal de Diseminación Selectiva de Información (DSI). Este séptimo número es una recolección de información y conocimiento elaborada por los colaboradores del INS, parte de ellas han sido organizadas en infografías, presentaciones, resúmenes, y otros; en base a temas relacionados con salud pública, medicina alternativa y complementaria, salud ocupacional, alimentación y nutrición, ciencia y tecnología.

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



Contenido

¿Qué son los octógonos de advertencia?	2
La guanábana.	3
Doce mensajes para una alimentación saludable.....	3
Las tecnologías de información en salud	4
Población y desarrollo.....	4
Comunicación y salud.....	5
Investigación cualitativa	6
Hipótesis.....	6
Deficiencia de hierro.....	7
Neumoconiosis	8
La cadena de frío en vacunas.....	8
Aromaterapia.....	9



¿Qué son los octógonos de advertencia?

Son un etiquetado entendible que puede ayudar a los consumidores a tomar decisiones informadas al momento de comprar. Fue presentada como una propuesta para prevenir el sobrepeso y obesidad.

Se colocan en los alimentos procesados cuyo contenido de sodio, azúcar y grasas saturadas excedan los parámetros establecidos (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)

En caso los alimentos superen los [parámetros técnicos de las grasas trans](#), deberá incluirse en el texto "contiene grasas trans". Debajo del octógono se deberá colocar "evitar su consumo".

Etiquetado nutricional frontal

Tiene la finalidad de proteger la salud de los ciudadanos.

Esta información de los productos alimentarios resulta ser uno de los medios más importantes y directos para transmitir información al consumidor sobre los ingredientes, la calidad o el valor nutricional.

Disponible en: [Portal DSI](#)

Nutricionistas del INS advierten que excesivo consumo de sopas instantáneas puede causar daños a la salud

El excesivo consumo de las sopas instantáneas en invierno, las cuales tienen alto contenido de sodio en su composición, puede generar serios daños a la salud como: accidentes cerebrovasculares, hipertensión arterial y problemas renales, entre otros, dijo Antonio Castillo Carrera, nutricionista del Instituto Nacional de Salud (INS) del Ministerio de Salud (Minsa).

Por otra parte, cabe destacar que una de las principales causas de la hipertensión es el consumo excesivo de sal, encontrándose una buena parte del exceso en las comidas y en productos procesados como: embutidos, cremas o sopas instantáneas, snacks, salsas procesadas, bebidas gaseosas, alimentos ahumados y enlatados, ya que estos contienen altas cantidades de sodio (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)



Las “[Guías Alimentarias para la población peruana](#)” contienen mensajes educativos para cuidar la salud.

Doce mensajes para una alimentación saludable

1. Elige y disfruta todos los días de la variedad de alimentos naturales disponibles en tu localidad.
 2. Reduce el consumo de alimentos procesados con alto contenido de sal, grasa y azúcar para proteger tu salud
 3. Protege tu salud evitando el consumo de alimentos ultra procesados como embutidos, galletas rellenas, bocaditos dulces o salados, evita las gaseosas.
 4. Pon color y salud en tu vida: consume frutas y verduras diariamente.
 5. Fortalece tu cuerpo y mente comiendo diariamente un producto de origen animal como huevo, carne, viseras, sangrecita, pescados y lácteos.
 6. Que no te falten las menestras, son sabrosas, muy saludables y se pueden preparar de muchas formas.
- (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)

La guanábana

Estudios señalan que las hojas y las semillas tienen usos en medicina tradicional por su capacidad antitumoral, parasitocida y antidiarreica.

También se usa por su acción antiespasmódica, sedativa, asma, hipertensión, diabetes, desordenes del hígado y contra parásitos (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)



Las tecnologías de información en salud



Entre los principales retos de los profesionales de la salud en la actualidad se encuentra desarrollar habilidades en el uso de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones. Estos retos no son solo aplicables a las modernas técnicas diagnósticas ofrecidas por las grandes transnacionales, que se aprecian en gran medida en las especialidades de perfil investigativo; también revisten una enorme importancia en el campo de la docencia médica.

Disponible en: [Portal DSI](#)

“Se planteó como [día mundial de la población](#) cada 11 de julio, a consideración que en el año 1987 la población superó los cinco millones de habitantes”

Población y desarrollo

“Se trata de que cada mujer y cada hombre sean capaces de tomar decisiones libres, informadas y en igualdad, incluyendo el tamaño de su familia y el espaciamiento entre sus hijos. Se trata de que cada hombre y cada mujer sean capaces de mantener a los hijos que eligieron tener, de asegurar su bienestar y de darles una vida digna”.

Disponible en: [Portal DSI](#)

Nuevas tecnologías y capital humano

En la actualidad, la selección de personal para los puestos de trabajo está orientada por la experiencia y la capacidad de aprendizaje de cada profesional. La influencia de las nuevas tecnologías se incrementó en el último año, transformando la demanda de perfiles profesionales y de habilidades.

Las organizaciones deben adaptar sus modelos de gestión, con el fin de asegurar un adecuado desarrollo organizacional puesto que es necesario empoderar a los trabajadores para que adquieran nuevas capacidades, exploren nuevas funciones y puedan asumir nuevos retos (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)



“Actualmente la salud no es vista como un beneficio que el Estado concede a la población de modo asistencialista, sino como un derecho de todas las personas”

Comunicación y salud

La comunicación en salud hace referencia al conjunto de capacidades y técnicas para informar, influir y motivar al público sobre temas de salud relevantes desde la perspectiva individual, comunitaria e institucional.

Como su propio nombre lo indica, es un campo completamente multidisciplinario, puesto que además de ciencias de la salud y de la comunicación, se enriquece con la antropología, la sociología, la psicología, la neurociencia, la ingeniería y otras disciplinas. Cabe indicar que, ninguna de estas especialidades puede abordar por sí sola los problemas y desafíos que emergen de este territorio mixto (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)

Habilidades de comunicación con el paciente

La falta de comunicación o la información sesgada que otorga el personal médico a los familiares de los pacientes, puede generar dudas y angustia en ellos.

La comunicación efectiva y afectiva es una herramienta que nos ayuda a cumplir con los principios fundamentales de la ética médica ya que también nos ayuda a que otros valores se realicen como la humanización de la asistencia, la salud, el consuelo, el acogimiento, el alivio, etc.

Disponible en: [Portal DSI](#)



Deficiencia de hierro

Es el trastorno nutricional más común y extendido en todo el planeta, afecta a más personas que cualquier otra afección, lo que la convierte en un problema de salud pública de proporciones epidémicas. Única enfermedad carencial que además de afectar a la salud de gran número de niños y mujeres de los países en desarrollo, es también muy prevalente en los países industrializados.

Las cifras son alarmantes: Más del 30% de la población mundial padecen anemia.

Disponible en: [Portal DSI](#)



“Un estudio publicado en la [Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública](#) del Instituto Nacional de Salud (INS) identificó las barreras que impiden la adecuada implementación de la suplementación con micronutrientes en polvo para reducir la anemia infantil “

Identifican barreras a la implementación de la suplementación con micronutrientes en polvo para reducir la anemia infantil

De acuerdo a los hallazgos, entre las barreras se encuentran; las dificultades para acceder al establecimiento de salud, el sabor del suplemento en las comidas y la negativa de los niños a consumirla, la percepción como medicamento y sus supuestos efectos secundarios, los rumores negativos, la falta de conocimiento sobre el suplemento, las dificultades en su preparación, la falta de tiempo de la madre para recoger el suplemento y el olvido para suministrarlo (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)



Neumoconiosis

Es un conjunto de enfermedades pulmonares producidas por la inhalación de polvo, sus efectos en la salud pueden ser muy peligrosos.

Disponible en:
[Portal DSI](#)



La cadena de frío en vacunas

La temperatura influye en las reacciones químicas de un gran número de productos farmacéuticos biológicos y biotecnológicos que por su composición requieren condiciones de temperatura definidas y controladas para su conservación, a estos productos se les denomina "Productos termo-sensibles".



La cadena de frío es el conjunto de procedimientos y elementos necesarios para conservar las vacunas en un rango de temperatura específica y estricta, desde el laboratorio productor hasta el lugar donde se aplicará al paciente (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)

Personas afectadas por el Síndrome Guillain-Barré se recuperan completamente si reciben tratamiento oportuno

La mayoría de las personas afectadas con el Síndrome Guillain-Barré (SGB) se recuperan totalmente y sólo algunas padecen daños al sistema nervioso a largo plazo. Por ello, acudir lo más pronto posible a un establecimiento de salud apenas aparecen los síntomas es crucial para recibir tratamiento oportuno y minimizar secuelas.

La mayoría de los casos que se registran en el país están asociados generalmente al cambio del clima por la temporada de heladas y frío, y es por este motivo que están asociados a una infección respiratoria o digestiva (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)



Aromaterapia

En medicina alternativa y complementaria existen terapias para trabajar el tema emocional a nivel del ser humano que son muy económicas y no tienen los efectos colaterales de un medicamento.

La aromaterapia es un tratamiento que utiliza aceites esenciales (AE) provenientes de plantas, cortezas, hierbas o flores, con efecto medicinal sobre todo al momento de inhalar o tener contacto con la piel (al frotarse, al aplicar en las zonas dolorosas). Cada vez más pacientes recurren a las terapias alternativas como una herramienta útil que ayuda a la reducción de los efectos adversos indeseables, al manejo de ciertos síntomas y al restablecimiento y promoción de un sentido de control y vitalidad (...) Continúa leyendo en: [INSteractúa](#)



“El [chi kung](#) forma parte de la medicina tradicional China, Qi Gong incluye a una diversidad de técnicas, que comprenden la mente, la respiración y el ejercicio físico ”

CHI KUNG O QI GONG

El chi kung es una herramienta terapéutica que forma parte de las cinco grandes ramas de la medicina tradicional y natural, junto con la acupuntura, la fitoterapia, el masaje y la dietética.

Es una práctica que exige dedicar mucho tiempo y disciplina, para mejorar la energía vital del cuerpo y la salud.

Se trata de técnicas milenarias para obtener paz, salud y vitalidad, es un método idóneo para mantenerse en forma y evitar la tensión y el estrés cotidiano. Está relacionado con la filosofía taoísta, el pensamiento budista y la concepción china del cuerpo humano (...) continúa leyendo en: [INSteractúa](#)



**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:

- Diseñar e implementar metodologías que contribuyan al desarrollo de la gestión del conocimiento en el INS.
- 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.
- Difundir actividades que permitan la implementación de la gestión del conocimiento institucional.
- Contribuir con la formulación y actualización de documentos normativos y documentos técnicos relacionados con la gestión del conocimiento en el INS.
- Fomentar una red sectorial de gestión de conocimiento en salud



¿Te Gusta Escribir?



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

**Solicita las bases al correo:
oeidoc@ins.gob.pe**



INSTITUTO NACIONAL DE SALUD



<http://insteractua.ins.gob.pe/>
<https://dsi.ins.gob.pe/>
https://wiki.ins.gob.pe/index.php/Wiki_INS
<https://ariel.ins.gob.pe/>