

Edición N° 4 – Noviembre 2020

INFOCENPI

Para pacientes, familias y
comunidad en general

SUMARIO



Portada

- ▶ Vacaciones en tiempos de COVID medidas de autocuidado

Tributo

- ▶ Especial por el Día Mundial de la Salud Mental

Experiencia del paciente

- ▶ Programa Autismo CENPI

Nuestro compromiso social

- ▶ Importancia del lavado de manos

Novedades

- ▶ Cómo identificar el link de acceso a mi sesión virtual
- ▶ Información sobre COPAGOS

De utilidad

- ▶ Tips de juego en los primeros 12 meses
- ▶ Derechos y deberes de nuestros usuarios

Contáctenos

- ▶ Síguenos a través de nuestras redes sociales



► Vacaciones en tiempos de COVID medidas de autocuidado

“No bajemos la guardia ante el COVID-19, cuidarnos es responsabilidad de todos”

Protégete cuando viajes

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades CDC recomiendan seguir estos pasos para protegerte y proteger a otros al viajar:

- Mantén una distancia de 6 pies (2 metros) entre tú y los otros cuando sea posible.
- Evitar tener contacto con cualquier persona que esté enferma.
- Limita el contacto con las superficies que se tocan con frecuencia, como pasamanos, botones en el ascensor, y paneles táctiles.
- Si tienes que tocar estas superficies, cuando termines usa desinfectante para manos o lávate las manos.
- Ponte una mascarilla de tela.
- Evita tocarte los ojos, la nariz, y la boca.
- Cúbrete la boca al toser o estornudar.
- Lávate las manos con frecuencia. Esto es especialmente importante después de usar el baño, antes de comer, y después de toser, estornudar, o sonarte la nariz.
- Lávate las manos con frecuencia con agua y jabón por lo menos durante 20 segundos.
- Si no dispones de agua ni jabón, usa un desinfectante de manos que contenga por lo menos un 60% de alcohol. Cubre todas las superficies con el desinfectante, y frota las manos hasta que estén secas.




Tomado de: <https://www.mayoclinic.org/es>



► Especial por el Día Mundial de la Salud Mental


¿Cómo cuidar la salud mental de todos los miembros de la familia?

ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	IMPORTANCIA
 <p>PLANEACIÓN</p>	<p><i>Dominio / Agrado</i></p>	<p>Distraer nuestra atención en actividades que sean agradables para alejar preocupaciones.</p>
	<p>Asignar espacios con cada miembro del hogar para motivar la realización diaria de actividades donde sientan que son útiles y que además disfrutan, por ejemplo: cocinar, dibujar, pintar, entre otras.</p>	
	<p><i>Estableciendo Rutinas</i></p>	<p>Ordenar nuestra mente para cumplir con las actividades que cada día se requieren, sintiendo que el tiempo nos rinde más.</p>
	<p>Importante continuar la realización de rutinas que permitan el cuidado del sueño, la ingesta de alimentos a una misma hora e implementar un cartel con horarios para compartir juegos de mesa o actividades en familia.</p>	
<p><i>Premiando Compromisos</i></p>	<p>Sentir que recibimos una recompensa inmediata por algo que hicimos bien, esto para motivarnos a seguir haciendo las tareas diarias.</p>	
<p>Al iniciar el día escribir las metas que se quieren alcanzar durante el mismo para más adelante escoger premiarse con algo agradable si se lograron.</p>		



► Especial por el Día Mundial de la Salud Mental


¿Cómo cuidar la salud mental de todos los miembros de la familia?

ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	IMPORTANCIA
 <p>BUSCANDO AYUDA</p>	<p><i>Delegando Responsabilidades</i></p>	<p>Tener claridad desde un principio sobre las actividades que deben hacerse en una casa, además, permite que no se sobrecarguen unos miembros más que otros con la limpieza o el orden..</p>
	<p>Hacer un cartel que tenga tareas del hogar con las que todos estén de acuerdo, por ejemplo: decidir los días y los horarios que cada persona se comprometerá a organizar cierta parte de la casa.</p>	
	<p><i>Comunicando Sueños</i></p>	<p>Mantener la esperanza en medio de la angustia que puede generar este momento.</p>
	<p>Emplear un espacio del día para contarnos los proyectos que queremos realizar cuando salgamos del confinamiento.</p>	
<p><i>Generar Diálogos</i></p>	<p>Hacer saber a cada persona del hogar lo importante que es para nosotros, enfocarnos en aspectos que sean positivos para que estos se sigan repitiendo.</p>	
<p>Buscar una cajita en donde se coloque dentro papelitos pequeños con aspectos positivos por escrito de cada miembro de la familia.</p>		



► Especial por el Día Mundial de la Salud Mental


¿Cómo cuidar la salud mental de todos los miembros de la familia?

ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	IMPORTANCIA
 <p>EXPRESIÓN EMOCIONAL</p>	<p><i>Relajación Progresiva</i></p>	<p>Esto permite generar más conciencia de nuestro cuerpo, reacciones emocionales y control de impulsos mientras nos calmamos por todo lo sucedido en el día.</p>
	<p>Antes de acostarnos y con los ojos cerrados es posible preparar el cuerpo para descansar, prestar atención a la respiración para después tensionar y soltar cada parte del cuerpo desde abajo hacia arriba.</p>	
	<p><i>Semáforo Emocional</i></p>	<p>Esto lo pueden usar si están frente a cualquier situación incómoda, desacuerdo con alguien o conflicto, cada parte significa lo siguiente: Rojo: me detengo ante la situación. Amarillo: me alejo hacia otro lugar para pensar, calmarme y tomar decisiones. En el caso de los niños pueden ir al “lugar de la calma”. Verde: regreso y con mayor conciencia de la situación, intento solucionarla.</p>
<p>Dibujar un semáforo (colores rojo, amarillo y verde) en un espacio del hogar para cuando sintamos cualquier emoción que pudiera ser desagradable (miedo, rabia o tristeza).</p>		



► Especial por el Día Mundial de la Salud Mental

¿Cómo cuidar la salud mental de todos los miembros de la familia?

ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	IMPORTANCIA
 <p>REINTERPRETACIÓN POSITIVA</p>	<p><i>Compartir Preocupaciones</i></p>	<p>Ante cada preocupación es importante cuestionarse sobre qué aconsejaríamos a un miembro de la familia o amigo si tuviera también esa misma preocupación, si bien no es posible solucionarlas todo el hecho de compartirlas hace que pensemos en que alguien más nos puede escuchar.</p>
	<p>Reinterpretación Positiva Compartir Preocupaciones Escribir cada uno las preocupaciones o cosas que hacen perder la calma para después compartir estas entre los demás y encontrar aspectos en común.</p>	<p>Importante cuestionarnos sobre lo que estamos pensando porque de esto dependen nuestras emociones, recordemos además cómo hemos afrontado antes situaciones de crisis que puedan ayudarnos en este momento.</p>
	<p><i>Buscando Evidencias</i></p> <p>Cuando escribamos las preocupaciones es importante que nos preguntemos si eso que tememos realmente pudiera ocurrir.</p>	



► Especial por el Día Mundial de la Salud Mental

¿Cómo cuidar la salud mental de todos los miembros de la familia?

ESTRATEGIAS	ACTIVIDADES	IMPORTANCIA
ACEPTACIÓN	<i>Ventajas / Desventajas</i>	Importante enfocarnos en aspectos que sean positivos, aprendizajes o situaciones que antes de la cuarentena no habíamos podido hacer o vivir en familia..
	Preguntarnos o hacer un listado sobre las cosas buenas que nos ha dejado esta situación.	

Anteriormente se recomendaron estrategias con actividades para la realización en familia que pudieran ayudar con el cuidado de la salud mental durante la situación de aislamiento social, recuerden además la importancia de buscar ayuda profesional cuando sea necesario (por ejemplo: estar más de quince días con problemas de sueño, alimentación, ideas de quererse hacer daño o sentimientos de desesperanza).

Maribel Regina Atehortúa Vélez

Psicóloga CENPI



El programa autismo CENPI, considera el trabajo interdisciplinario colaborativo y el empoderamiento del círculo familiar, como fundamental para la construcción e implementación de procesos terapéuticos.

Nuestra concepción del proceso terapéutico de niños con TEA, considera necesidades y particularidades individuales, y considera fundamental identificar motivaciones y aspectos positivos en la personalidad de cada uno de nuestros usuarios y sus familias.

Las disciplinas que hacen parte del programa son: Terapia Ocupacional, Fonoaudiología, Psicología, Musicoterapia y pedagogía.

El programa estructura sus formas de abordaje en 3 ciclos de aproximadamente 4 meses de duración, durante los cuales se trabajan distintos objetivos relacionados con la relación con el entorno, la comunicación, la regulación, la permanencia, participación e iniciativa en actividades libres, semiestructuradas y estructuradas. Acorde a las valoraciones al ingreso se determinan tanto objetivos generales del grupo interdisciplinario, como objetivos específicos por servicio.

Como grupo, buscamos también generar un espacio de diálogo con el ámbito educativo en el que se desempeña el menor, para generar intercambio de saberes, comprender de manera más amplia las necesidades en este entorno, y conocer estrategias exitosas que hayan sido utilizadas. Para esto contamos en el grupo, con profesionales de la pedagogía, que desde el conocimiento de la población y las disciplinas terapéuticas, realizan enlace con la institución educativa.

Comprendemos que el Trastorno Espectro Autista, genera diferentes dificultades retos y oportunidades para cada persona dentro del espectro. Consideramos importante que los servicios terapéuticos sean pertinentes para cada caso, y que a lo largo de la vida y sus distintas etapas del desarrollo, la persona dentro del espectro pueda alcanzar niveles de calidad de vida, que le permitan prescindir del apoyo terapéutico por períodos de tiempo, y acudir a este cuando se considere necesario.



Paciente CENPI:

Emmanuel Builes Bermúdez

Nuestra experiencia del programa de TEA CENPI ha sido muy satisfactoria y tiene un valor muy importante dado que en el programa participan profesionales que nos brinda las mejores herramientas y terapias con la finalidad de mejorar nuestra calidad de vida.

El aporte más importante es el avance de nuestro hijo a nivel cognitivo conductual a través de los talleres de padres, permitiendo la regulación de Emmanuel y lo cual genero un gran avance en las demás terapias.

Es de resaltar que el programa de TEA CENPI se consolida como un referente y un plus en el proceso continuo que ha necesitado Emmanuel. Muy agradecidos por todo el acompañamiento, escucha y generar apoyo a nuestra familia, siempre enfocados en el compromiso, vocación y calidad del servicio. Agradecidos con cada uno de los profesionales Juanita Eslava, Julieth Rolón, Cristina Aguirre y Ricardo Duarte.



Experiencia de la familia Issa Monsalve

La experiencia con mi hijo ha sido muy positiva, hemos tenido un excelente acompañamiento profesional y hemos logrado comprender a nivel familiar el diagnóstico, aprendiendo a manejar y controlar adecuadamente situaciones críticas.

Todos los terapeutas del programa TEA CENPI han trabajado con mucho profesionalismo y dedicación para lograr todos los avances que ha tenido mi hijo Shamir tanto a nivel comportamental, como su adecuado desarrollo motriz, sensorial, también ha mejorado muchísimo su nivel de lenguaje con el método de comunicación alternativa. Todo esto ha mejorado notablemente su calidad de vida en el hogar y en la escuela, logrando ser más autónomo, mejorando sus vínculos familiares con amor y compromiso.



Paciente CENPI:

Shamir Issa Monsalve



► Importancia del lavado de manos

- Las manos sucias pueden transmitir bacterias y virus. Lavarse las manos adecuadamente es la primera línea de defensa contra la propagación de muchas enfermedades infecciosas y puede prevenir que los microbios pasen de una persona a otra y a toda la comunidad.
- Se debe hacer en todos los lugares, desde la casa, el sitio de trabajo, hasta los colegios, centros de atención y los hospitales.
- Los padres y los cuidadores cumplen un papel importante en enseñarles a los niños a lavarse las manos.
- Los niños aprenden imitando los comportamientos de los adultos en su vida. Cuando usted hace que el lavado de manos sea parte de su rutina, está dando un ejemplo para que sus hijos sigan.
- Si comienza a enseñarles esta práctica desde que son pequeños, una vez que el lavado de manos se convierta en un hábito y en parte normal del día del niño, lo practicará toda la vida.
- Puede encontrar formas de hacer que sea divertido, como inventar su propia canción de lavado de manos o convertirlo en un juego





¿Cuándo lavarse las manos?

Usted puede ayudar a que tanto usted como sus seres queridos se mantengan sanos al lavarse las manos con frecuencia, especialmente durante los siguientes momentos:

- Siempre que tengas las manos visiblemente sucias
- Antes, durante y después de cuidar a una persona enferma.
- Antes, durante y después de preparar alimentos
- Antes y después de comer
- Después de jugar con juguetes o tocar objetos que se han compartido con otros niños.
- Después de jugar en el suelo, arena, césped u otras superficies que puedan estar sucias.
- Después de ir al baño.
- Después de cambiar pañales o limpiar a un niño que haya ido al baño
- Antes de tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Antes y después de tratar una cortadura o una herida.
- Después de tocar a un animal, alimento para animales o excrementos de animales.
- Después de estar en contacto con la basura.
- Después de estar en un lugar público como el transporte, el mercado y tocar un artículo o una superficie que otras personas podrían tocar frecuentemente, como las manijas de las puertas, pasamanos, las mesas, los carritos para las compras, el cajero, dinero, llaves, etc.



¿Cómo lavarse las manos?



1
Moja las dos
manos con **agua**



2
Coge **jabón** líquido
en abundancia



3
Frota bien
las **palmas**
entre si



4
Entrelaza las manos
para limpiar bien
el **espacio entre**
los dedos



5
Frota el **dorso**
de la mano contra
la palma de la otra,
entrelazando
los dedos



6
Cierra la mano
y frota el **dorso**
de los dedos
con la palma
de la otra



7
Frota los **pulgares**
haciendo movimientos
rotatorios con la palma
de la otra mano



8
Frota los **dedos**
y las **uñas**
con la palma
de la otra mano



9
Frota las **muñecas**



10
Enjuágate bien
con agua y **sécate**
las manos con papel
de un solo uso



► Cómo identificar el link de mi sesión virtual

COMUNICACIONES

Consulta virtual

Luis

Se ha programado su cita virtual, puedes conectarte desde un computador que cuente con conexión a Internet, micrófono y parlantes, también se puede conectar desde tu celular android o iphone dando clic en el enlace de la cita que se encuentra en este correo. También hemos adjuntado un archivo pdf con los pasos para realizar la conexión. Nota: si presenta inconvenientes escribenos un correo a soportevirtual@cenpi.com.co con los números de contacto. A continuación encontrara los datos de la cita:

Fecha cita: 2020-07-15

Hora cita: 09:00:00 AM

Unirse a la reunión: <https://meet.google.com/iqh-fqnd-edz>

Código: iqhfqndedz

1. Abrir el correo electrónico.
2. En el mensaje identificar el link que aparece en el recuadro rojo de la imagen.
3. Dar click y de inmediato lo ingresa a la sala y darle en el botón unirse a la reunión.
4. Esperar que el profesional acepte el ingreso a la sala.

Si tiene dificultades por favor enviar un correo a: soportevirtual@cenpi.com.co Incluyendo nombre completo y documento de identidad del paciente, así como detalle de la dificultad que se presenta.

Este atento a la respuesta que emita el área de soporte a través de correo electrónico.

► Información sobre COPAGOS



Cada orden autorizada por su EPS genera copago. Las órdenes se renuevan cada 5 o 10 sesiones de tratamiento, por lo tanto, si su cita es cada 8 días y tiene una orden por 10 sesiones sin cancelaciones, esta orden terminará al cabo de 10 semanas de tratamiento; momento en el cual de manera automática el sistema genera orden nueva, siempre y cuando usted no haya sido dado de alta del tratamiento o haya solicitado suspensión del mismo.

Cada nueva orden genera un nuevo valor de copago. El valor de este, depende del rango salarial del cotizante así:

Rango A menor 2 SMMLV-11.5%

Rango B entre 2 y 5 SMMLV-17.3%

Rango C mayor de 5SMMLV- 23%

Puede realizar el pago a través de nuestras cuentas bancarias o código QR que se encuentran en la página web, módulos pagos. <https://cenpi.com.co/index.php/pagos-con-qr/>

Enviar el soporte de pago al correo cartera@cenpi.com.co, indicando el nombre completo del paciente, documento de identidad y el servicio al que asiste.

Información de contacto área de cartera:

WhatsApp (302) 3362276

Correo electrónico cartera@cenpi.com.co



De utilidad

► Tips de juego en los primeros 12 meses

El juego para los niños es la principal fuente de estimulación para el desarrollo de habilidades motoras, del lenguaje y cognitivas. También es importante tener en cuenta que, durante el primer año de vida, los principales compañeros de juego de tu bebé serán tú y otras personas que lo cuidan.

Estas interacciones tempranas te ayudan a ti y al bebé a sentirse más conectados y “sintonizados” uno a otro. No olvides que, si el bebé es prematuro, se debe restar el tiempo que le faltó para nacer a término, aquí encontrarás ideas de juegos por edades sugeridas, pero puedes utilizarlas, aunque esté más grande.





De utilidad

► Tips de juego en los primeros 12 meses

Tres primeros meses

En este periodo, los sentidos de la visión, el tacto y la audición, se muestran como los grandes canales de conexión con el entorno. Durante los tres primeros meses, la vista del bebé responde mejor a objetos que le ofrezcan contraste (blanco y negro/ luz y oscuridad) y ante el movimiento de estos mismos. Por eso tu rostro, en contraste con el cabello o el movimiento de tus ojos y la boca, serán un excelente foco de atención para él o ella. A partir de los tres meses comenzarán a mirar sus manos y podrán seguir un objeto con movimientos circulares. También en esta etapa, el bebé recién nacido **reconoce la voz de la madre y de las personas que le cuidan**. Así pues, entre una toma y otra del alimento, y el cambio de pañal, puedes jugar con él.





► Tips de juego en los primeros 12 meses

Proponemos estas **actividades para estimular a un recién nacido**:

- Estando boca-arriba, seguir objetos con sus ojos, mientras los mueves lentamente en sentido horizontal y vertical a una distancia no mayor a 30 cm.
- Prender y apagar la luz de la habitación. También puedes motivarlo que siga tu rostro con los mismos movimientos.
- Hacerle muecas; si te pintas los labios con un color llamativo o incluso te aplicas escarcha en ellos y también en tus ojos, te prestará más atención.
- Cargado contra tu pecho, puedes poner canciones infantiles y bailar llevando el ritmo. El sistema vestibular (sistema del movimiento) aprenderá a reconocer velocidades y cambios de posición en relación con la gravedad.
- Con sonajeros, tambores, silbidos, hacerlos sonar en diferentes posiciones (a los lados, arriba) y observar si detiene sus movimientos e incluso si intenta localizar el sonido, girando su cabeza hacia donde este se haya originado.
- Ponerle en la manito diferentes objetos livianos, de diversas texturas, que estimulen su sentido del tacto. Pueden ser motas de algodón, una toallita facial, juguete cilíndrico frío o incluso uno que hayas calentado con agua tibia. Son muchos los elementos que puedes encontrar en tu casa que te sirvan.
- Es importante también, bajo vigilancia de un adulto, acostar ocasionalmente a los bebés boca abajo, varias veces durante el día, pero cuando empiece a pujar, es hora de ayudarlo a voltearse cuando no logre hacerlo solo (el girar lo logran sobre segundo o tercer mes). La posición boca abajo es la que debemos estimular en esta etapa, esta es la base para el desarrollo de toda la musculatura que le va a ayudar a girar, sentarse, gatear y luego caminar; se debe iniciar la tolerancia a esta posición desde pequeños periodos y procurando siempre que sus coditos estén debajo de su pecho, cargando su propio peso.



De tres a seis meses



En esta etapa, el bebé comienza a integrar lo que ve, con los estímulos que vienen de los otros sentidos: el gusto, el oído y el tacto. Puede mirar un objeto y mover la mano en esa dirección, encuentra sus manos en el centro de su cuerpo y agarra objetos para pasar de una mano a otra y empiezan también, a llevarse todo hacia la boca. Es una etapa de descubrir que pueden moverse solos y hacia el sexto mes algunos ya empiezan a sentarse solos. El cerebro del niño es además capaz de distinguir varios cientos de palabras al escucharlas y no solo son oyentes, también se vuelven conversadores con diferentes tipos de sonidos como chillidos, risas y balbuceos.



► Tips de juego en los primeros 12 meses

Algunos juegos pueden ser:

- Masaje relajante; utiliza aceite vegetal (evita el mineral), cuando el bebé esté en calma, lo ubicas sobre una manta cálida, colocas música infantil suave, y masajeas brazos, piernas, espalda y pecho, con tacto firme pero sin ejercer fuerza. Será un momento de relajación estimulante para ambos (tu y tu bebé).
- Ubicar al bebé boca abajo sobre una colchoneta firme o un tapete de foamy con una manta encima para ablandar un poco la textura, colocar diferentes juguetes alrededor de él a una distancia no mayor de 50 cm y a diversas alturas máximo en la línea de los ojos; de esta forma estimulamos el apoyo de su peso en brazos y manos, para fortalecer el tronco.
- Habla con tu bebé, ellos aprenden mas lenguaje cuando los adultos conversan con ellos y responden a sus balbuceos. Muchos estudios confirman que a los niños que mas se les habla durante el primer año, desarrollan un vocabulario extenso.
- Use la hora de la ducha como un momento para hacer juegos diferentes con los tipos de telas y cepillos, también los jabones y las lociones se puedan utilizar como artículos de juegos durante el baño y juego con agua.



De seis a nueve meses

Este es un momento de gran diversión para los padres, ya que ven a sus bebés convertirse en curiosos exploradores que están encantados de descubrir que pueden hacer que las cosas sucedan. En esta etapa, el niño aprenderá a sentarse solo. También a esta edad sabe coordinar el pulgar y otros dedos para sostener el biberón con la mano o agarrar objetos pequeños. Aquí el lenguaje comienza a desarrollarse, ya que asocia los sonidos con su significado.



► Tips de juego en los primeros 12 meses



Aquí algunas **actividades para bebés de 6 a 9 meses** que beneficiarán su desarrollo psicomotor y cognitivo.

- ¿juego de qué es esto? Este es uno de los mejores **juegos para estimular el habla en bebés**. Mientras le estás poniendo la pijama, o al vestirlo después del baño, toca y ve nombrando las partes del cuerpo. La panza, la nariz, la frente, la pierna... Nombra a medida que los vayas tocando. Después pregunta al niño: ¿qué es esto? Responde entonces por él, ya está aprendiendo.
- A esta edad cualquier elemento de la casa es un excelente juguete, cajas desocupadas, ollas, trapos, valdes, cucharas, frutas, etc. Todos son objetos sencillos y económicos que estimulan la exploración. SIEMPRE bajo la supervisión del adulto, deja que abra los cajones, saque el contenido, para luego volver a guardarlo. Puedes colocar también los juguetes sobre cajas o sillas bajas, para que se anime a gatear y/o arrodillarse, hasta alcanzarlas. Cuida siempre la seguridad del bebé, es LO MAS IMPORTANTE.
- Los juegos tipo lego, de gran tamaño, son juguetes indispensables en casa, contribuye al desarrollo de habilidades de motricidad fina y cognitivas. Con ellos se puede construir torres, encajar, guardar en diferentes recipientes, tienen muchos usos.
- Las burbujas, es un juguete infaltable a cualquier edad, pero de los 7 meses en adelante será uno de los que mas disfrute y el mejor recurso para los padres para lograr atención, motivarlos a desplazarse arrastrándose o gateando, estimulando el desarrollo de la coordinación ojo-mano y muchas otras habilidades divertidas.
- Cuando el pequeño ya se sienta solo, construir un panel multisensorial, será una alta fuente de entretención para él y además estará estimulando diferentes sentidos sensoriales que ayudan al desarrollo cognitivo.



De nueve a doce meses

En esta última etapa, los bebés actúan con un objetivo en mente. Por ejemplo, el niño o niña ya puede gatear lo más rápido que pueda cuando te vea sosteniendo un pañal limpio. No quiere un cambio de pañal, ¡así que se aleja gateando para evitarlo! Es importante comprender que los bebés no hacen esto para enojarnos. Simplemente quieren dar a conocer sus necesidades y sentimientos. Estas acciones intencionadas también muestran que los bebés han desarrollado una mejor memoria. ¡Recuerdan que no les gusta quedarse quietos o sentir esas toallitas húmedas y frías! ¿A qué podemos jugar?





► Tips de juego en los primeros 12 meses

- Muéstrale a tu hijo cómo funciona la “causa y efecto”, como dejar que presione el timbre de la puerta o encienda el interruptor de la luz.
- Anímalo a usar todos sus sentidos para aprender. Déjalo tocar un cubito de hielo. Fíjate cuando se derrite. Arruga las hojas en tus manos y mira qué pasa. Deje que agite un recipiente de plástico con arroz seco y otro lleno de frijoles secos. ¿Cómo suenan diferentes?
- Juegos de encajados sencillos e instrumentos musicales
- Juguetes para arrastrar, e ir persiguiéndolos ya sea gateando, de pie agarrado de los muebles o si ya consiguió caminar, podemos movernos por el espacio seguro.
- Jugar con la pelota, toma y dame, patearla.
- Jugar leyendo cuentos con imágenes grandes, preferiblemente sin letras pero que le permita identificar los elementos que le narras en la historia

Hagas lo que hagas, esta etapa ofrece muchas oportunidades para aprender, pero que el niño y la niña empiecen a moverse solos y cada vez más rápido. Exige que procures un espacio seguro para él, que evite los accidentes. Tu casa debes tratar de que esté a prueba de niños. Recuerda que ahora que los bebés tienen un objetivo en mente, como tocar el control remoto del televisor y es más difícil distraerlos; si tienes un espacio de juego seguro, podrás pasar más tiempo divertido, en lugar de estar diciendo NO a todo lo que quiere explorar.

Fuentes: <https://www.zerotothree.org>; <https://www.sitly.es>

Claudia Trujillo

(Coordinadora de Terapias CENPI)



Tus Derechos como *Paciente CENPI* son:

- Ser llamado por tu nombre y recibir un trato amable y cortés.
- Ser informado sobre el nombre y cargo del funcionario que te atiende.
- No ser discriminado por edad, sexo, religión, política o aspectos culturales.
- Ser atendido en un ambiente seguro con control de los riesgos.
- Ser informado sobre los trámites administrativos, costos, copagos y otras alternativas.
- Ser informado sobre el examen que se le va a realizar y la duración de este.
- Ser informado sobre los motivos de retraso en la prestación del servicio y brindar alternativas.
- Tener privacidad visual y auditiva durante la prestación del servicio.
- Tener confidencialidad de la información.
- Manifestar de manera formal, quejas, sugerencias y felicitaciones.
- Ser atendidos en sitios tranquilos, limpios y cómodos.
- Apelar cualquier decisión adversa tomada por la institución, que vulnere los derechos del paciente.





Tus Deberes como *Paciente CENPI* son:

- Ser respetuoso y amable con el personal que lo atiende y con los demás usuarios.
- Presentar la documentación requerida para su atención.
- Cancelar oportunamente la cita asignada en el caso de no poder asistir, a través de vía telefónica o por correo electrónico.
- Informar de alguna anomalía observada en el servicio ya sea de los funcionarios o de los pacientes.
- Pagar en forma oportuna por los servicios recibidos.
- Firmar el consentimiento informado cuando así se lo soliciten.
- Presentarse con quince minutos de anticipación para registrarse y ser llamado por su terapeuta.
- Comprender que las sesiones de terapia tienen una duración de 30 minutos, y su retraso puede interferir en el horario del siguiente paciente.
- Respetar la intimidad de los pacientes.
- Suministrar información veraz sobre sus antecedentes.
- Presentar quejas, sugerencias o felicitaciones en forma respetuosa ya sea verbal o por escrito.
- Mantenerse en sala de espera mientras su hijo/a se encuentra en terapia.
- Manifestar formalmente las inconformidades que se presenten con los reportes de resultados entregados por la institución.



- **ÁREA MÉDICA**

Neuropediatría

citasneurologia@cenpi.com.co

Psiquiatría

citaspsiquiatria@cenpi.com.co


Pacientes de póliza

poliza@cenpi.com.co

- **NEUROFISIOLOGÍA**

5608251 (ext. 101)

neurofisiologia@cenpi.com.co

 (300)6363560

- **SOY PACIENTE CENPI**

soypaciente@cenpi.com.co

- **ÁREA DE NEUROREHABILITACIÓN**

Neuropsicología

citasneuropsicologia@cenpi.com.co

Terapia Cognitivo Conductual

citaspsicologia@cenpi.com.co

Fisioterapia- Terapia Ocupacional


citasterapias@cenpi.com.co

Fonoaudiología – Musicoterapia

citasfonoaudiologia@cenpi.com.co

citasmusicoterapia@cenpi.com.co

Cancelación/información de citas por

 **Whatsapp** (310)4486894

- **ATENCIÓN AL USUARIO**

atencion.usuario@cenpi.com.co

Canales de comunicación alternativos ante la contingencia por COVID-19

Actualización de ordenes médicas

solicitudesmedicas@cenpi.com.co

Información sobre agendas

contacto@cenpi.com.co

citas@cenpi.com.co

Nos interesa conocer su opinión sobre el Boletín INFOCENPI,
Su contenido, frecuencia de publicación y la utilidad e importancia que tiene para usted.
Sí desea que abordemos algún tema en especial dirija sus comentarios a:
soypaciente@cenpi.com.co

Sede Rionegro

Carrera 55A # 35-251 torre 1 consultorio 415. Edificio Citymédica.

Sedes Medellín

Calle 11B sur # 47-69. Aguacatala 1

Carrera 48 A # 16 Sur 29. Samán

Sede Sabaneta

Carrera 48 a # 61 sur 75 torre 2. Piso 3. Edificio Centro Ejecutivo Sabana

PBX: (4) 4489049

WWW.CENPI.COM.CO

contacto@cenpi.com.co

