

**MINISTERIO DE SALUD
DIRECCIÓN DE PROMOCIÓN DE LA SALUD**

Nombre de la Actividad: *Jornada Educativa Virtual de Temas de Salud Integral como: Salud Mental en tiempos de Pandemia, Donación de Sangre, Donación de Plasma Convaleciente de Pacientes Recuperados de COVID-19, Donación de Órganos, Prevención del Cáncer de Próstata, Generalidades de VIH y Lineamientos a la Nueva Normalidad Post COVID-19.*

Fechas: *6 de junio, 10 de junio, 25 de junio y 30 de junio de 2021.*

Instituciones Participantes: *Autoridad Nacional de Transparencia y Acceso a la Información, Alliance Transport Logistics, Ministerio de Desarrollo Social, Ministerio de Gobierno, Instituto para la Formación y Aprovechamiento de Recursos Humanos, Instituto Panamericano, Academia Migratoria José Hurtado y CODERE.*

Responsables: *Departamento de Conducta Humana (Sección de Salud Mental y Familiar) y Departamento de Técnicas para la Salud (Educación para la Salud).*

Objetivos de la Actividad: *Minimizar los efectos de la Pandemia en la Salud Mental de los participantes a través de Estrategias de Autocuidado. Promover estilos de vida saludable para la prevención del cáncer de próstata. Incentivar a los varones mayores de 40 años a realizarse sus exámenes para la detección temprana del cáncer de próstata. Incentivar en la población panameña el cuidado de su salud sexual y reproductiva. Promover la cultura de donación de sangre y donación de órganos para aumentar el número de donantes en la población panameña. Ayudar a los pacientes positivos de COVID-19 a combatir el virus con la donación de plasma convaleciente de pacientes recuperados de COVID-19 y por último, Sensibilizar a los participantes acerca de las medidas de bioseguridad y los lineamientos de la Nueva Normalidad Post-COVID-19.*

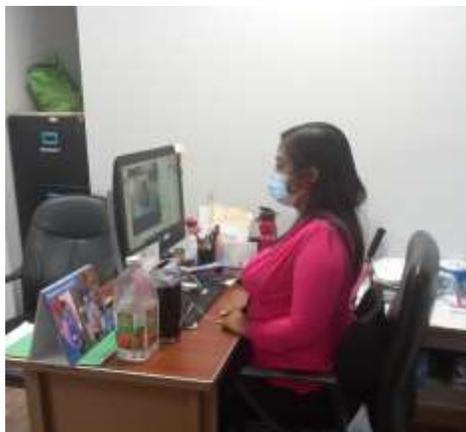
Número de participantes de la Actividad: *Cada semana se capacitan un aproximado de cincuenta (50) participantes.*

Breve relato de la actividad: *Estas jornadas de capacitación cumplen semana a semana cada uno de los objetivos señalados promoviendo en la población panameña el cuidado integral de su salud tanto física como mental. La Directora de Promoción de la Salud, la Dra. Gabriela García de Salazar, apertura estas jornadas invitando a todos los asistentes a hacer eco de los temas que se imparten y a beneficiarse de cada uno de ellos.*



En la temática de “Prevención de Cáncer de Próstata” se brindó información acerca de este padecimiento y se promovió la práctica de estilos de vida saludable como factor protector de esta enfermedad. También se le motivó a los varones a realizarse sus chequeos anuales, el examen del tacto rectal y el PSA luego de cumplir 40 años, así como también se les indicó la importancia de asistir a sus citas médicas.

En el tema: “Generalidades del VIH” se explicó el virus y se brindaron recomendaciones para mantener su salud sexual y reproductiva.



En la charla de Salud Mental en tiempos de pandemia se comparten estrategias, técnicas y recomendaciones para el cuidado de la Salud Mental buscando minimizar los efectos negativos de la COVID-19 en el ámbito personal, familiar, laboral y social de las personas. También se les indica a los participantes que pueden llamar al Call Center de Salud Mental en la Línea 169 opción 2, para que un psicólogo idóneo les pueda brindar ese apoyo y orientación psicológica, a través de esta línea. De igual modo se le indica que pueden solicitar su cita ya sea con un psiquiatra o un psicólogo, en los diferentes Centros de Salud, de ser necesario.

En cuanto a la temática de Donación de Sangre y Donación de Plasma Convaleciente de Pacientes Recuperados de COVID-19 se aclaran mitos acerca de la Donación de Sangre y se les invita a los participantes a convertirse en donantes voluntarios de sangre. También se destacó la importancia de donar plasma de paciente Convaleciente de COVID-19, que sirve de tratamiento para las personas que padecen este virus.

En el tema de Donación de Órganos se promueve la cultura de la donación en nuestro país para así no salvar una sino muchas vidas.

De igual modo se aborda la charla de: “Medidas de Bioseguridad y Nueva Normalidad POST-COVID-19” en donde se recalcan las medidas de bioseguridad que se deben mantener como lo son: el lavado de manos, el distanciamiento físico, el uso de la mascarilla y pantalla y el mantenerse en su burbuja familiar para evitar contagios por COVID-19.

Se espera que con estas jornadas cada participante pueda replicar cada una de las temáticas y estrategias brindadas.

Describa que Indicador Metas:

Política 4: O E 4.4 Fortalecer el empoderamiento del individuo la familia y la comunidad en la adopción de estilo de vida saludable y tabaquismo.

- *LA 4.2.2 Fomento de las actividades para la divulgación de los derechos y deberes en salud a nivel del individuo, la familia y la comunidad.*
- *Funciones Esenciales de Salud Pública (3 y 4).*

Responsables:

Dra. Gabriela García de Salazar – Directora de Promoción de la Salud

Dra. Ana Helena Mata – Jefa del Departamento de Conducta Humana

Licda. Beatriz Díaz – Jefa del Departamento de Técnicas para la Salud.

Mgstr. Raiza Cuero – Técnica de la Sección de Salud Mental y Familiar

Mgter. Samuel Escudero González – Técnico de la Sección de Educación para la Salud



REPÚBLICA DE PANAMÁ
— GOBIERNO NACIONAL —

MINISTERIO
DE SALUD