

1

Derecho y deber del mes

TU derecho

A la **confidencialidad** de toda la información que sea suministrada en el ámbito del acceso a los servicios de salud.

TU deber

Actuar con **honestidad y respeto** frente al sistema de salud, brindando información veraz y siguiendo las indicaciones del personal de salud.



Acompañando EL DUELO

2

La pérdida de un ser querido es una experiencia profunda y dolorosa.

Por eso, hemos creado un **espacio seguro y empático** para quienes atraviesan el duelo tras la partida de un familiar que ha cursado con algún diagnóstico oncológico.

El grupo de apoyo para familias en duelo

ofrece acompañamiento emocional, escucha activa y **herramientas** para afrontar esta etapa.



Si tú o alguien cercano

desea participar, contáctanos al número 324 253 6078 para mayor información.

3

¡Hablemos!

Ser fuerte NO es callar



La salud mental de los hombres es un aspecto fundamental de la salud pública dado que **presentan una mayor tasa de suicidio** consumado, violencia interpersonal y dificultades en la gestión emocional en comparación con las mujeres.

Además, existen barreras socioculturales que dificultan la búsqueda de ayuda como el estigma asociado a la vulnerabilidad.

Presta atención a los siguientes

signos de alarma



Cambios en el estado de ánimo: sentimientos de culpa o inutilidad, irritabilidad o enojo.



Conductas agresivas: contestar mal, gritar, golpear.



Sentirse triste, desesperado, desesperanzado o vacío.



No poder dormir o dormir demasiado.



No sentir placer por las actividades que antes se disfrutaban.



No comer o comer demasiado.



Aislamiento social o dificultad para relacionarse con otros.



Aumento consumo de alcohol y sustancias psicoactivas.



Ideación suicida.

¿Qué puedes hacer si presentas algunos de estos síntomas?

Puedes **solicitar ayuda** de un profesional de la salud mental (psicología o psiquiatría), o de una persona cercana con la cual sienta confianza y pueda apoyarte.

Aprende sobre el

cáncer de PRÓSTATA

4

Junio es el mes para generar conciencia sobre uno de los tipos de cáncer **más frecuentes** en los hombres.

Detectarlo a tiempo puede marcar una gran diferencia en el tratamiento y la calidad de vida.

A partir de los **50 años**, o antes si presentas antecedentes familiares, es importante consultar al médico sobre:

1 Prueba de Antígeno Prostático (PSA)

2 Tacto rectal

Estos exámenes son rápidos y pueden salvar vidas.

Hablar abiertamente sobre salud masculina es el primer paso para cuidarnos mejor. Recuerda que en la Liga Colombiana Contra el Cáncer estamos para apoyarte.



Contáctanos a través de WhatsApp +57 3003518354

5

Tu voz también cuida tu salud

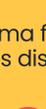
En nuestra institución, la seguridad del paciente es una prioridad. Si durante tu **atención** notas algo inusual, te sientes o **deseas compartir una experiencia que pueda ayudarnos a mejorar**, te invitamos a reportarlo.

Tu participación es fundamental para prevenir errores y fortalecer la calidad de nuestros servicios.

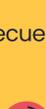
Puedes hacerlo de forma fácil, confidencial y sin consecuencias negativas a través de los canales dispuestos para ti:



Presencial con el Área de Calidad (Quinto piso).



Buzones de sugerencia (formulario suministrado en recepción).



Vía telefónica al PBX: 744 1780, extensiones 509 o 308.

Entre todos, construimos una atención más segura.

¡Tu reporte hace la diferencia!

¡Siguenos!

Y MANTENTE INFORMADO

@ligacancercolombia

Liga COM