

VICARIO BIENESTAR A PRUEBA DE AÑOS

Autores: Fanny Fabiola Lambraño Coronado, Janine Judith Montes Fontalvo, Jouseleyne Tafur Navarro y Carlos Hernández Lalinde.

Introducción

En el actual contexto epidemiológico colombiano, las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), especialmente las cardiovasculares, se mantienen como una de las principales causas de morbilidad, responsables de más del 70% de las muertes en el país, según datos del Ministerio de Salud y Protección Social. Esta realidad exige más que intervenciones clínicas: demanda un enfoque profundamente humano que reconozca al individuo en su totalidad, y no únicamente como portador de una patología.

A nivel global, las zonas azules han demostrado que es posible vivir más y mejor cuando el bienestar físico, emocional y social se convierte en parte de la vida cotidiana. Este modelo ha inspirado el movimiento de los Años de Vida Saludable (AVISA), centrado en prolongar la vida con calidad, propósito y autonomía. En sintonía con estas referencias internacionales y alineada con la política de Salud Mental para Todos, impulsada por el Estado colombiano, Salud Social IPS ha consolidado desde hace varios años la estrategia VICARIO (Vivencias, Cuidado, Amor, Risas y Ocio Productivo) como una experiencia de atención centrada en la persona que ha demostrado su capacidad para transformar realidades.

Metodología

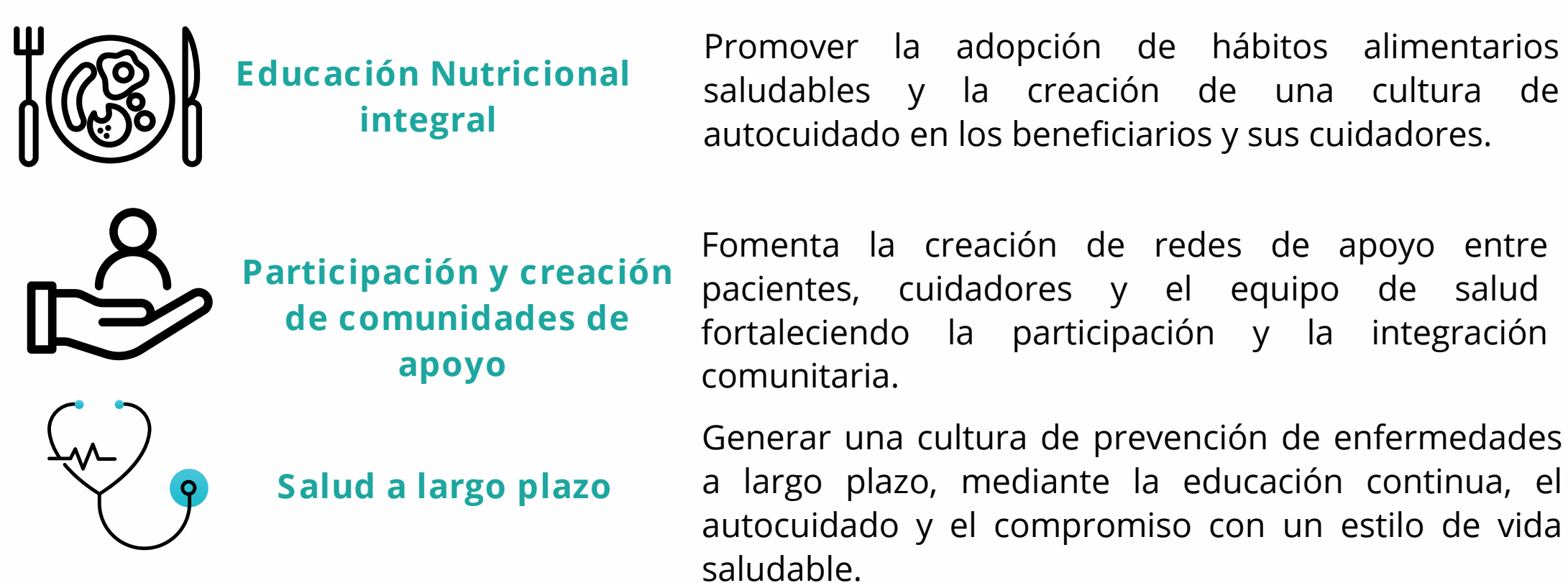
VICARIO se implementa bajo un enfoque disruptivo, integral y centrado en la persona, con intervención interdisciplinaria en salud física, mental y social.

Se estructura en tres líneas estratégicas complementarias:

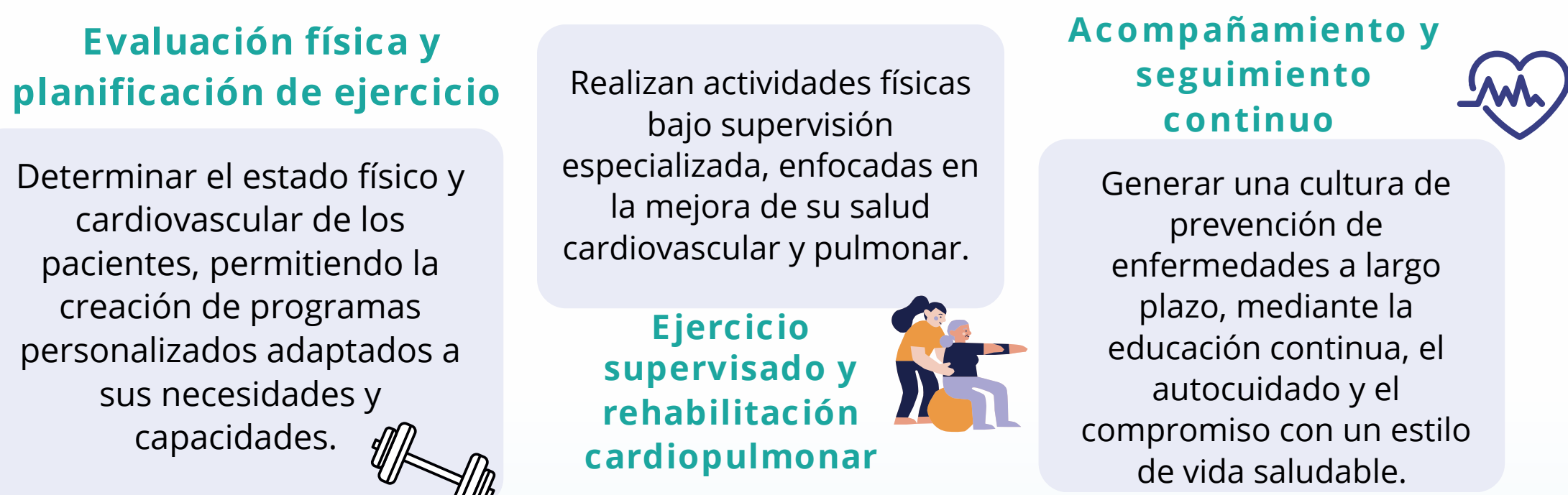
SPA : SALUD PARA EL ADULTO MAYOR



NUES: NUTRICIÓN ESPECIAL EN SALUD



CARDIOGYM



Conclusiones

La estrategia VICARIO representa una intervención innovadora y eficaz orientada al abordaje integral de las enfermedades crónicas no transmisibles, bajo un enfoque biopsicosocial centrado en la persona. Su diseño articula principios de humanización, promoción de la salud y atención primaria. Las tres líneas estratégicas —SPA, NUES y Cardiogym— han evidenciado resultados positivos en cobertura, participación y adherencia. SPA ha fortalecido el autocuidado y la conciencia de enfermedad en adultos mayores; NUES ha consolidado un modelo educativo-nutricional participativo superando enfoques tradicionales, y Cardiogym ha integrado con éxito la actividad física en el tratamiento cardiovascular, mejorando la condición física de los usuarios.

Objetivos

Objetivo General

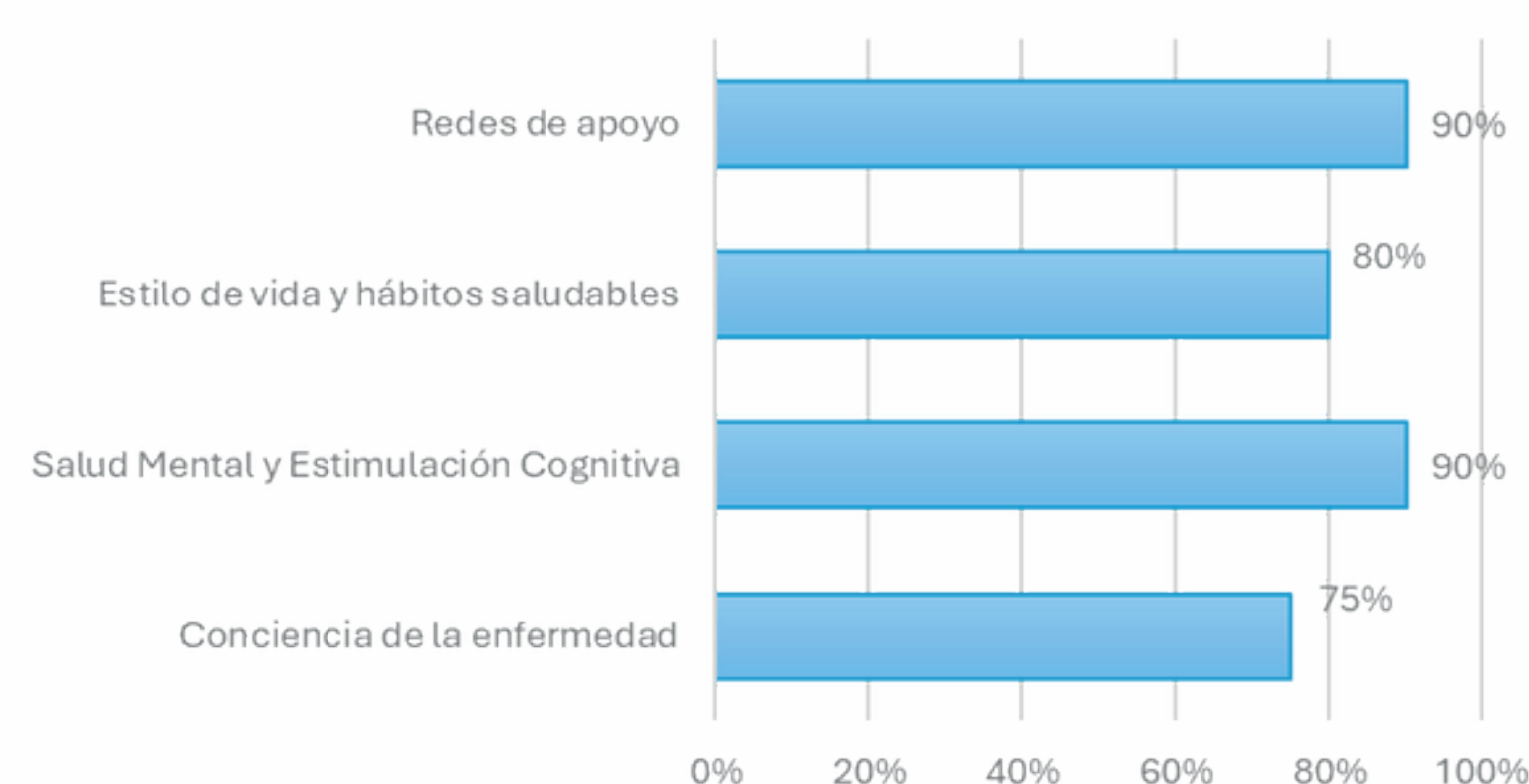
Consolidar la estrategia VICARIO como modelo de humanización y bienestar integral en salud, mediante experiencias significativas, entornos saludables y resultados positivos en salud física, mental y emocional, alineado con políticas nacionales e internacionales sobre envejecimiento y atención centrada en la persona.

Objetivos Específicos:

1. Fortalecer la humanización del cuidado mediante acciones que promuevan empatía, comunicación compasiva y acompañamiento integral.
2. Fomentar el bienestar físico, nutricional y emocional a través de programas de actividad física, educación alimentaria y salud mental comunitaria.
3. Promover la participación activa del usuario mediante el autocuidado, la corresponsabilidad terapéutica y la toma de decisiones informadas.

Resultados

% Avance de los componentes SPA

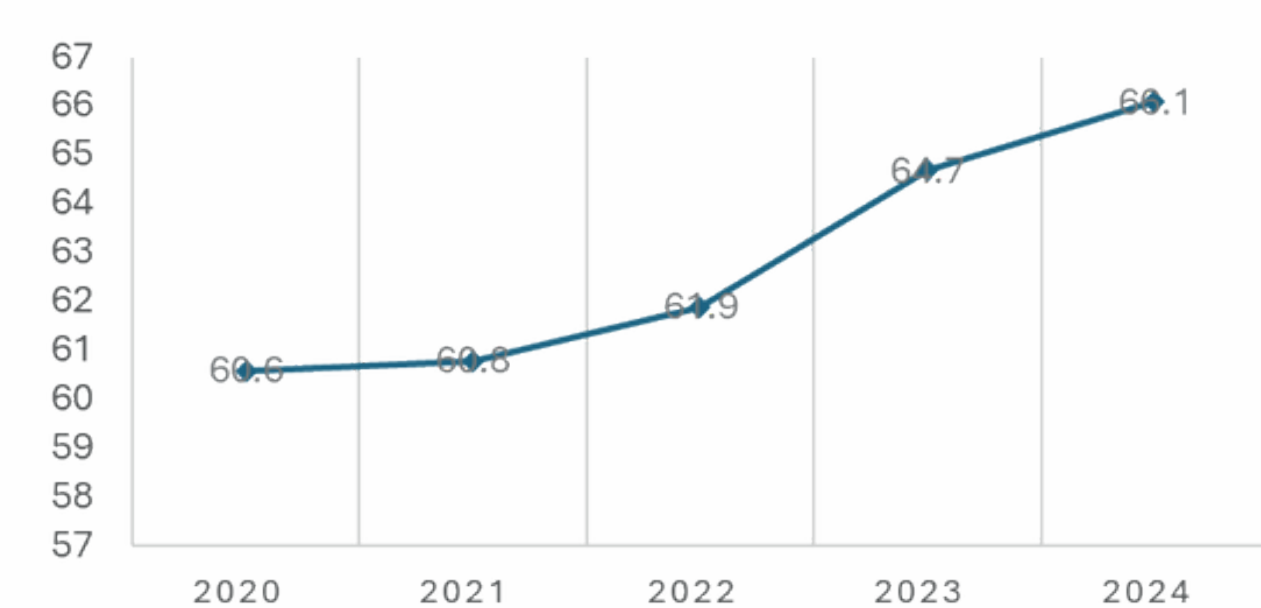


Logros:

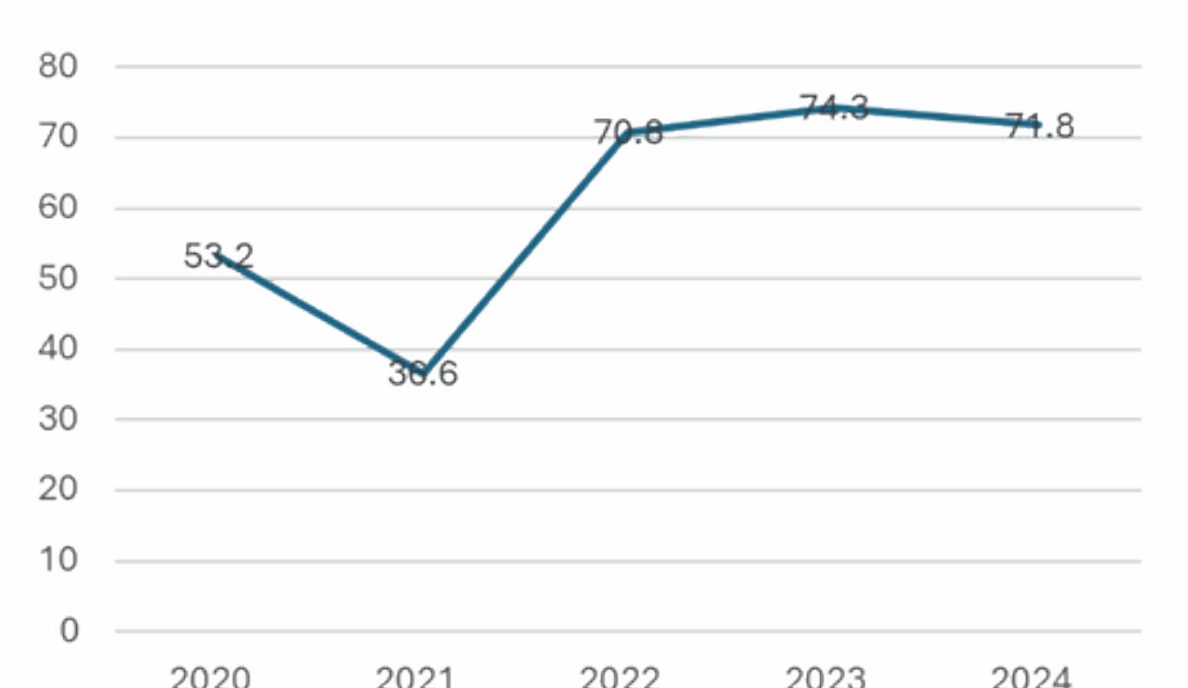
- 798 Usuarios activos
- Mejora del conocimiento sobre enfermedades crónicas y sus tratamientos, fortaleciendo la conciencia de enfermedad entre los participantes.
- Reducción de síntomas emocionales negativos, evidenciados en disminuciones en los niveles de estrés, ansiedad y depresión, evaluados mediante herramientas estandarizadas aplicadas en las pruebas de estado mental.
- Incremento en la actividad física regular y adopción de estilos de vida saludables.
- Fortalecimiento de la autoestima, redes de apoyo y autopercepción positiva, como parte del componente psicosocial del programa.



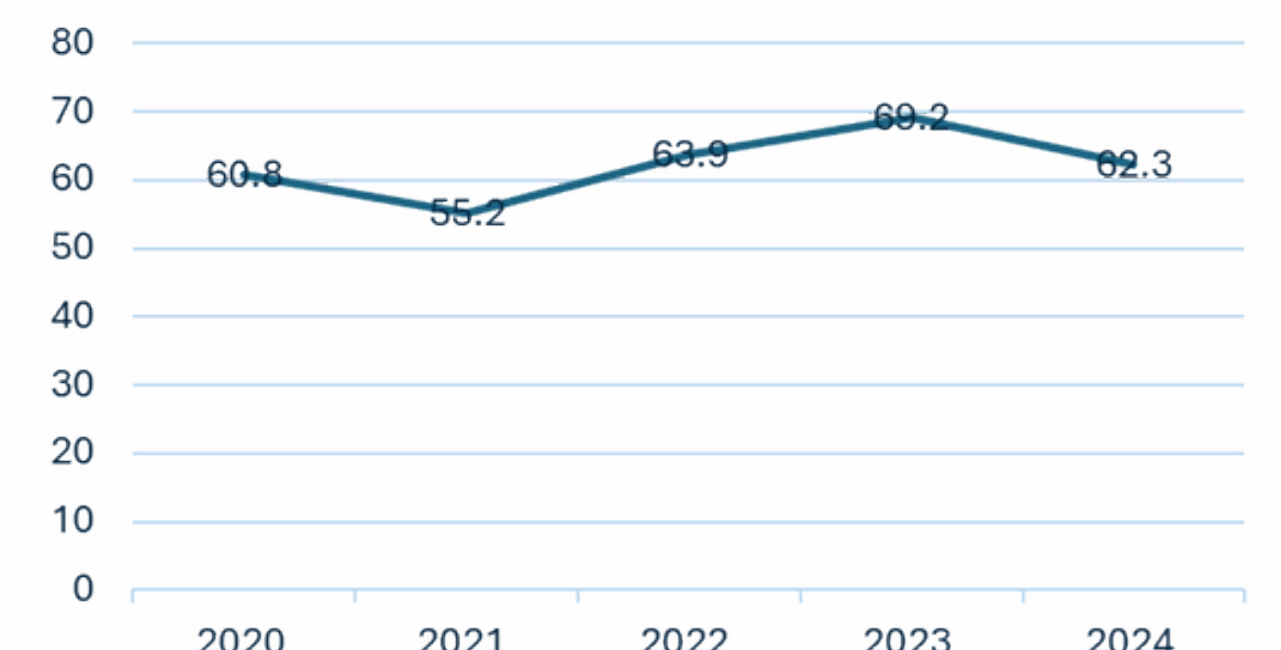
NUES - CARDIOGYM



% de pacientes que bajan peso entre 2020 - 2024



% de pacientes que disminuye perímetro abdominal 2020-2024



% de cumplimiento de metas de perímetro abdominal 2020 - 2024