



Las fotografías fueron creadas por IA

GUÍA DE AUTOCUIDADO, MI CAMINO POR IMAGENOLOGÍA

COM-IMA-OD-04 V1

Un diagnóstico preciso y seguro
comienza con tu compromiso.



UNA ALIANZA POR TU SALUD

Has finalizado tu atención en el servicio de Imágenes Diagnósticas. Tu seguridad es nuestra prioridad; por ello, antes de retirarte, lee atentamente cómo continuar con el cuidado de tu salud.

¿Cuál es el objetivo de tu examen?

Las ayudas diagnósticas por imagen son herramientas esenciales que permiten a tu médico ver el interior de tu cuerpo sin necesidad de cirugía. Su propósito principal es:

· Identificar causas: Localizar el origen de dolores, inflamaciones o posibles infecciones.

- Evaluar órganos internos: Revisar el estado y funcionamiento del hígado, vesícula, bazo, páncreas y riñones.
- Seguimiento especializado: Realizar controles ginecológicos (útero y ovarios), urológicos (próstata) o de tejidos blandos (tiroides, cuello, ganglios y mamas).
- Precisión médica: Confirmar o descartar sospechas clínicas para iniciar el tratamiento correcto lo antes posible.

Tu tiempo vale, la salud de todos también

La salud funciona mejor cuando trabajamos en equipo. Al asistir puntualmente a tus citas o cancelar de manera anticipada si no puedes ir (Cancelación por solicitud del paciente), liberas un espacio vital para quien lo necesita.

¡Tú asistencia cuenta!

El valor de tu cita es un compromiso de todos.



03. ...

ANTES DE TU CITA:

¡Prepara tu Estudio con Éxito!

Sin una preparación adecuada, las imágenes pueden perder nitidez o validez. Sigue estos pasos clave para llegar a tu cita listo para el éxito:



Las fotografías fueron creadas por IA

¿CÓMO DEBES LLEGAR A TU CITA PARA EL ÉXITO?

Rayos X y Tomografía (TAC) Simple

- **Vestimenta:** Acude con ropa cómoda, suelta y fácil de retirar, preferiblemente sin elementos metálicos (botones, cremalleras o broches).
- **Cero metales:** Retírate joyas, piercings, relojes o prótesis dentales antes del examen. El metal bloquea la radiación y genera manchas que dañan las imágenes.

Rayos X y Tomografía (TAC) Contrastada

- **Examen de Creatinina Obligatorio:** Si tu estudio requiere medio de contraste, debes presentar el resultado físico o digital de tu examen de sangre de Creatinina reciente (no mayor a 30 días). Sin esto, no se podrá realizar el procedimiento por tu seguridad renal.
- **Ayuno estricto:** No ingieras alimentos como mínimo 6 horas antes del examen para evitar náuseas durante la inyección del contraste.
- **Hidratación previa:** Bebe abundante agua el día anterior. Un riñón bien hidratado procesa y elimina el medio de contraste mucho mejor.
- **Información vital:** Comenta siempre al personal de enfermería si sufres de alergias, asma, diabetes o enfermedades del riñón antes de iniciar.



04. ●●●

Mamografía: Tu cita con la prevención

- **Piel limpia:** El día del examen no te apliques desodorante, talco, cremas ni perfumes en las axilas ni en los senos. Estos productos contienen micropartículas que la máquina detecta como falsas manchas.
- **Tu bienestar:** Si sientes mucha sensibilidad en los senos, infórmalo a la tecnóloga; ella realizará la compresión de forma gradual y respetuosa.

Densitometría Ósea

- **Suplementos de Calcio:** **NO** tomes pastillas o suplementos de calcio durante las 24 horas anteriores al examen, ya que pueden alterar la medición del hueso.
 - **Ropa cómoda:** Asiste con prendas que no tengan botones metálicos, broches ni cremalleras en la zona de la cintura, la pelvis o la columna.
-





Ecografías (Ultrasonido)

- Es un examen seguro, sin dolor y que no utiliza radiación. Usa ondas de sonido para ver tus órganos en funcionamiento en tiempo real, como si fuera una cámara en vivo.

Preparación obligatoria según tu tipo de ecografía:

- **Abdomen, Hígado, Vesícula o Vías Biliares:** Asiste con un ayuno estricto de 6 a 8 horas (para que la vesícula esté llena y se pueda evaluar correctamente).
- **Pélvica, Renal o de Próstata:** Tómate de 4 a 6 vasos de agua una hora antes de la cita y no orines hasta que termine el examen. Necesitamos tu vejiga llena para ver los órganos.
- **Nota:** Para ecografías Transvaginal, de Tiroides, Cuello, Ganglios, Mamas o Tejidos Blandos, no requieres ayuno ni tomar agua.
- **Gel conductor:** Utilizaremos un poco de gel templado sobre tu piel para que el sonido viaje mejor y la imagen sea completamente clara.

Ecografía Convencional (Revisión General)

Es la herramienta clave para que tu médico revise el tamaño, la forma y el estado de tus órganos internos. Sirve principalmente para:

- Evaluar el correcto funcionamiento del hígado, la vesícula, el bazo, el páncreas y los riñones.
- Localizar el origen de dolores abdominales, inflamaciones (hinchazón) o sospechas de infecciones.
- Revisar tejidos blandos como la tiroides, el cuello, los ganglios y las mamas.



Ecografía de la Mujer (Cuidado Ginecológico y Obstétrico)

Un espacio diseñado exclusivamente para cuidar tu salud y la de tu bebé en cada etapa:

- **En el Embarazo (Ecografía Obstétrica):** Permite conocer el crecimiento y bienestar de tu bebé, escuchar los latidos de su corazón y asegurarnos de que todo marche bien.
- **Salud de la Mujer (Ecografía Ginecológica y Transvaginal):** Es una herramienta fundamental para cuidar tu cuerpo. Permite detectar a tiempo quistes, miomas o masas, y encontrar la causa exacta de dolores en la pelvis o sangrados inusuales.

Las fotografías fueron creadas por IA



DURANTE EL ESTUDIO

Tu seguridad es lo primero

- **Protección Radiológica:** Te colocaremos elementos plomados (delantales o protectores) para cuidar las zonas de tu cuerpo que no necesitan exposición a las radiaciones ionizantes.
- **Inmovilidad Absoluta:** Tu mayor ayuda es quedarte completamente quieto. Moverse un solo milímetro puede borrar la imagen e invalidar el estudio.





DESPUÉS DEL ESTUDIO

Cuidados en casa y Resultados

Si se utilizó medio de contraste:

- **Abundante agua:** Consume de 2 a 3 litros de agua durante las siguientes 24 horas para ayudar a tus riñones a eliminar el contraste rápidamente.
- **Sitio de inyección:** Es normal tener una pequeña marca. Consulta al médico si notas hinchazón, enrojecimiento severo o sangrado en la zona.
- **Madres lactantes:** El contraste es seguro, pero si prefieres una precaución extrema, puedes extraer y desechar la leche materna durante las 12 a 24 horas posteriores al estudio.

¡Detecta los Signos de Alarma por Alergia al Contraste!

- **Reacción Leve (Picazón o ronchas suaves):** Aumenta el consumo de agua y comunícate con tu médico tratante.
- **Reacción Grave (Ahogo, hinchazón de cuello/rostro o mareo severo):** Acude de inmediato al servicio de Urgencias más cercano e informa que te aplicaron medio de contraste.

Si se utilizó sedación o anestesia:

- **No conduzcas:** Pídele a un familiar o amigo que te lleve a casa. Tus reflejos estarán disminuidos.
- **Evita decisiones importantes:** No firmes documentos legales ni operes maquinaria pesada durante las siguientes 24 horas.
- **Reposo:** Descansa en casa hasta que los efectos del medicamento desaparezcan por completo.

¿QUÉ SIGUE DESPUÉS DEL ESTUDIO? (Continuidad del Cuidado)



Si eres paciente de Consulta Externa (Cita Programada)

- **Resultados:** Al momento de tomarte el examen, el personal te informará
·La imagen será subida de forma virtual al sistema y se enviará automáticamente al profesional tratante.
- Podrás consultarla y descargarla en cualquier momento ingresando al Portal Paciente a través de la página web oficial de la Subred Sur, digitando tu número de identificación.

¡Así evitas desplazamientos innecesarios y tienes tu historial a la mano!

- **Tu responsabilidad:** El éxito de tu estudio depende de que agendes oportunamente la cita de control con el médico u odontólogo que solicitó el examen.

Si estás en el servicio de Urgencias

- **Retorno inmediato:** Regresa a la sala de valoración asignada. No te retires del hospital sin autorización. Tu médico revisará las imágenes en el sistema digital en tiempo real. Mantente atento al llamado para conocer si recibes el alta o requieres observación.

Si te encuentras Hospitalizado

- **Traslado seguro:** El personal de camillería te llevará de regreso a tu habitación. El especialista de tu piso revisará el estudio de forma digital en la ronda médica diaria; no necesitas copias físicas.



09. ...

Tips de Autocuidado para Todos

- **Verifica tus datos:** Antes de salir, asegúrate de que el personal de radiología tenga tus datos de contacto actualizados.
- **Pregunta siempre:** Si tienes dudas sobre los síntomas post-examen (especialmente después de un contraste), consulta a la enfermera de turno antes de retirarte.
- **Gestión digital:** Recuerda que puedes consultar tus imágenes en el Portal Paciente de la Subred Sur para tenerlas siempre a la mano.

Continuidad del Cuidado: Tus Resultados a la Mano

- **Sigue la evolución de tu proceso médico sin salir de casa mediante estas opciones:**
 -  **Portal Paciente:** Consulta tus imágenes diagnósticas de forma virtual. Ingresa a la página web de la Subred con tu número de identificación y evita desplazamientos innecesarios.
 -  **Citas Posteriores:** Solicita tus consultas de seguimiento o nuevos procedimientos directamente a través de nuestro canal de Call Center.
 -  **Historial Digital:** Tus reportes se guardan de forma segura en el sistema para que cualquier especialista de la red pueda consultarlos en tus próximas citas.

Tu preparación, tu asistencia y tu cuidado posterior son la base de un diagnóstico excelente.

¡Gracias por confiar en nosotros!



3245981500

8:00am a 5:00pm



citas@subredsur.gov.co

7:00am a 4:00pm



Lunes a Viernes

8:00am a 5:00pm

SÁBADOS - 2 Sábados al mes

8:00am a 2:00pm

