



Fundación
Santa Fe de Bogotá

Boletín **ARTE** *Sano*

Para pacientes, familiares y cuidadores

EDICIÓN
38 Febrero
Abril/2026

SECCIONES

Conociendo a la Fundación **Página 2**
Generando Valor Superior **Página 8**
Consejos Saludables **Página 14**

Música **Página 18**
Arte **Página 20**
Entretenimiento **Página 24**
Programase **Página 26**



¡Descubre!

Página 2
Laberinto Renacer

El Laberinto del Renacer: un viaje hacia el interior en la Fundación

En los jardines exteriores del segundo piso, en el Edificio Expansión, ha florecido un nuevo espacio de sanación que invita a la pausa y al reencuentro: El Laberinto del Renacer.

Más que un sendero, esta obra representa el vientre sagrado de la Madre y el símbolo del origen de la vida. Es una invitación a caminar despacio, dejando que cada paso nos conecte con nuestro propio centro, con la naturaleza y con ese principio femenino que nos sostiene y nos nutre.

Este espacio es el resultado de una donación conceptual cargada de significado, entregada a nuestra institución por Mónica Vanessa Guerrero Ramírez y Jaime Rodríguez Roldán, de FIBAS – Jardín de Desierto. Su gesto no es solo una contribución estética, sino un acto de agradecimiento generoso y amoroso por la atención y el cuidado que han recibido en la Fundación Santa Fe de Bogotá. Para ellos, este laberinto es una forma de devolver el amor que han sentido en nuestras manos, convirtiendo su experiencia personal en un legado de paz para otros.



A diferencia de un laberinto convencional donde el objetivo es encontrar la salida, en El Laberinto del Renacer el propósito es encontrarse a uno mismo. Es un lugar para el silencio, la reflexión y el renacimiento personal. Invitamos a toda nuestra comunidad –pacientes, familias y colaboradores– a recorrer este camino, a habitar el presente y a permitir que este jardín exterior se convierta en un refugio para el alma.

Los esperamos en el segundo piso del Edificio Expansión para disfrutar de este rincón de sanación, arte y conexión profunda.

Invita programa Artesano y Departamento de Gestión Ambiental.

Cuida Tu Salud Kids: Educación en salud para la infancia

En un mundo donde los niños y niñas acceden a plataformas digitales desde edades cada vez más tempranas, garantizar espacios seguros y confiables se ha convertido en una prioridad. Alineado a este desafío, la Fundación Santa Fe de Bogotá llega a YouTube Kids con una propuesta innovadora, diseñada especialmente para las audiencias más jóvenes.

YouTube Kids, la aplicación dirigida a niños entre los 4 y 12 años, ofrece contenidos seleccionados cuidadosamente y un sólido sistema de control parental. Su propósito es brindar un entorno donde los más pequeños puedan explorar, aprender y resolver sus dudas con tranquilidad.

En este contexto, la Fundación Santa Fe de Bogotá presenta Cuida Tu Salud Kids, una iniciativa creada para acercar la salud a la infancia a través de formatos seguros, entretenidos y educativos.

En su primer lanzamiento **YouTube Kids** el formato aborda conversaciones sobre bienestar y autocuidado, fortaleciendo el compromiso institucional con la educación en salud desde edades tempranas.

Conoce y responde a esas preguntas curiosas que todos nos hicimos en la niñez:

¿Por qué soñamos?

¿Por qué las vacunas son importantes?

¿Si veo mucha televisión, mis ojos se ponen cuadrados?

¿Cómo ingresan los virus al organismo?

¿Cuál es la importancia de las emociones?



Axé
Significa: buenos deseos.



Sisu
Significa: fuerza ante algo casi imposible de hacer.



Ravi
Significa: sol.

El proyecto nació con el propósito de acercar la salud a los niños y niñas menores de 12 años a través de contenidos educativos que sean seguros, entretenidos y fáciles de comprender.

En cada episodio, los personajes animados **Sisu, Axé y Ravi** formulan preguntas a profesionales de la salud de la Fundación Santa Fe de Bogotá, quienes responden y guían los temas en salud.

¿Quiénes son Sisu, Axé y Ravi?

Estos tres personajes son una creación original de la Fundación Santa Fe de Bogotá, nacida directamente de la imaginación de nuestros pacientes. Su desarrollo fue posible gracias al trabajo conjunto con el Departamento de Pediatría y el Programa de Atención Amigable con la Infancia y Adolescencia, buscando humanizar la experiencia hospitalaria.

Sisu, una tigresa curiosa; **Axé**, un león lleno de energía; y **Ravi**, una jirafa amable y observadora, acompañan desde hace años a niños y niñas durante sus visitas a la institución, facilitando su experiencia y ayudándoles a vivir procesos de atención en salud de manera más cercana, tranquila y amigable.

Con esta iniciativa, la Fundación Santa Fe de Bogotá reafirma su compromiso con la promoción de hábitos saludables desde la infancia, aprovechando el potencial de los entornos digitales para acompañar a las nuevas generaciones en su camino hacia el bienestar.

Cuida Tu Salud Kids está disponible en el canal de YouTube de la Fundación Santa Fe de Bogotá, para que niños y niñas resuelvan sus dudas de la mano de Sisu, Axé y Ravi.

Educar en salud desde la infancia no solo previene enfermedades, también impulsa la autonomía, el autocuidado y la construcción de hábitos que perduran toda la vida.



Disponible en:
@fsfbsalud

La Fundación Santa Fe de Bogotá: un hospital que cuida también desde su infraestructura

En la Fundación Santa Fe de Bogotá creemos que la salud también se transforma desde los espacios. *Por eso celebramos con orgullo la obtención de tres Premios Latinoamericanos de Arquitectura Hospitalaria (PLAH)*, un reconocimiento que destaca no solo el diseño y la innovación de nuestras edificaciones, sino el impacto positivo que estos tienen en la experiencia de quienes nos visitan: pacientes, familias y colaboradores.

En esta edición del PLAH fuimos galardonados en tres categorías que reflejan la magnitud y diversidad de nuestros proyectos:

1. Edificaciones nuevas con área de construcción igual o inferior a 20.000 m².
2. Edificaciones nuevas con área de construcción superior a 20.000 m².
3. Edificaciones restauradas y/o renovadas.

Estos premios, otorgados por la *Sociedad Colombiana de Arquitectos (SCA)* y la *Asociación Colombiana de Arquitectura e Ingeniería Hospitalaria (ACAIH)*, reconocen edificaciones de salud únicas por su creatividad, funcionalidad, adecuación técnica, sostenibilidad y respeto por el entorno.

Para nosotros es un honor saber que la infraestructura del hospital también inspira, acompaña y genera bienestar.



Un hospital que no parece hospital

Detrás de cada pasillo, cada sala y cada espacio renovado o construido, hay una intención clara: **cuidar**.

Cuidar desde la luz natural, desde los colores, desde los materiales, desde la forma en la que un espacio puede dar calma cuando más se necesita. Este enfoque, conocido como infraestructura sanadora, guía nuestros proyectos y se traduce en espacios que buscan disminuir la ansiedad, mejorar la recuperación y brindar una experiencia humana, cálida y segura.

Aquí, cada detalle importa:

Las zonas verdes que acompañan las rutas de tránsito, la iluminación que invita al descanso, las áreas diseñadas para que las familias puedan estar cerca... Todo ha sido pensado para ofrecer un ambiente acogedor. Queremos que quienes nos visitan sientan que están en un lugar que abraza, acompaña y ofrece tranquilidad.

Un logro compartido

"Estamos muy orgullosos, esto no es solo un logro del arquitecto, sino de toda la comunidad de la Fundación Santa Fe de Bogotá: del área asistencial, médica, administrativa, que participó en estos proyectos. Es el reflejo de la arquitectura en la cultura fundacional", señaló Luis Emilio Quintero, Subdirector de Infraestructura.

Este triple galardón no solo reconoce nuestras edificaciones: reconoce un compromiso institucional por seguir transformando la prestación de servicios de salud en Colombia y América Latina, con espacios que suman a la experiencia de cuidado, apoyan el trabajo de los equipos y dignifican cada momento del proceso de salud.

En la Fundación Santa Fe de Bogotá seguiremos trabajando para que cada visita sea una experiencia más humana, segura y cercana.

Hoy celebramos este logro con quienes hacen parte de nuestra razón de ser: ustedes.

La Fundación Santa Fe de Bogotá fortalece su liderazgo internacional en salud y sostenibilidad

Nuestro director general asumió la presidencia de la International Hospital Federation (IHF) y la Fundación Santa Fe de Bogotá obtuvo dos reconocimientos internacionales en los IHF Awards 2025.



En el marco del 48º Congreso Mundial de Hospitales, realizado en Ginebra, Suiza, la Fundación Santa Fe de Bogotá fue reconocida por la International Hospital Federation con dos distinciones que resaltan el impacto institucional en sostenibilidad hospitalaria y responsabilidad social. Paralelamente, el evento también oficializó la designación del doctor Henry Gallardo como presidente de la IHF para el periodo 2025–2027, un hecho que representa un hito para Colombia y para la Fundación en la agenda global del sector salud.

Durante los premios, la Fundación Santa Fe de Bogotá recibió el reconocimiento Silver Winner del Seddiqi Holding Excellence Award for Social and Environmental Responsibility por el programa VerdeVida, que impulsa hábitos de vida saludables y sostenibles, fomenta la alimentación consciente y promueve el cuidado del medioambiente desde entornos educativos y comunitarios. Esta iniciativa ha sido desarrollada con el apoyo de aliados como Novo Nordisk y la Fundación Otero Liévano.



Adicionalmente, el **programa Cirugía Sostenible fue galardonado como Bronze Winner del Geneva Sustainability Centre Excellence Award for Hospital Sustainability Acceleration,** gracias a su avance en la incorporación de prácticas quirúrgicas responsables mediante la optimización del uso de recursos, la reducción de residuos y la innovación en los procesos asociados al cuidado del paciente.

Durante el cierre del congreso, el doctor Henry Gallardo asumió oficialmente la presidencia de la International Hospital Federation, organización fundada en 1929 y conformada por hospitales, asociaciones y sistemas de salud en más de 70 países. Su trayectoria en la Federación ha comprendido roles en el Consejo de Gobierno, la Tesorería y la Presidencia Electa, lo cual ha permitido posicionar la experiencia colombiana en escenarios internacionales de gestión hospitalaria, calidad, innovación y sostenibilidad.

Estos reconocimientos y la presidencia asumida por la Fundación consolidan un momento significativo para la institución, al fortalecer su papel en la cooperación internacional y aportar al desarrollo de modelos de atención centrados en las personas, sostenibles y con alto sentido social. Con ello, la institución reafirma su propósito de servir, liderar e influir positivamente en la salud, desde Colombia hacia el mundo.

La institución reafirma su propósito de servir, liderar e influir positivamente en la salud, desde Colombia hacia el mundo.

El Servicio de Quemados de la Fundación Santa Fe de Bogotá recibe certificación Nivel Experto de la ISBI

La Fundación Santa Fe de Bogotá celebra un nuevo hito en su compromiso con la excelencia en la atención en salud. **Su Servicio de Quemados ha sido reconocido con la certificación Nivel Experto, otorgada por la International Society for Burn Injuries (ISBI), una distinción internacional que avala los más altos estándares en la atención integral de pacientes con quemaduras.**

Este reconocimiento destaca no solo la solidez clínica y técnica del servicio, sino también su enfoque profundamente humano, centrado en el bienestar, la dignidad y la recuperación integral de los pacientes y sus familias.

Desde su apertura en diciembre de 2017, el Servicio de Quemados ha atendido a más de 1.000 pacientes adultos y pediátricos, bajo un modelo de cuidado integral liderado por un equipo multidisciplinario altamente especializado. El servicio cuenta con infraestructura de vanguardia, que incluye una UCI especializada, cámara hiperbárica y soporte con ECMO, así como espacios diseñados para favorecer la recuperación, como habitaciones individuales con control de ruido y temperatura, infusores de líquidos calientes y mantas térmicas.

"En tan solo un año, nuestro Servicio ha alcanzado dos certificaciones internacionales de alto nivel: JCI el año pasado y ahora la ISBI, fortaleciendo nuestro camino de mejora continua bajo estándares globales", afirma la Dra. Viviana Gómez Ortega.



La certificación ISBI representa la consolidación de un sueño construido con conocimiento, compromiso y vocación de servicio. Es la validación de un trabajo articulado que tiene como propósito superior brindar una atención experta, compasiva y de excelencia a quienes enfrentan una lesión por quemadura.

Este logro se suma al reconocimiento internacional de la Fundación Santa Fe de Bogotá, institución pionera en la certificación de centros de cuidado clínico por la Joint Commission International (JCI). Desde 2013, ha certificado 20 centros especializados, posicionándose como la institución en salud más certificada fuera de los Estados Unidos.



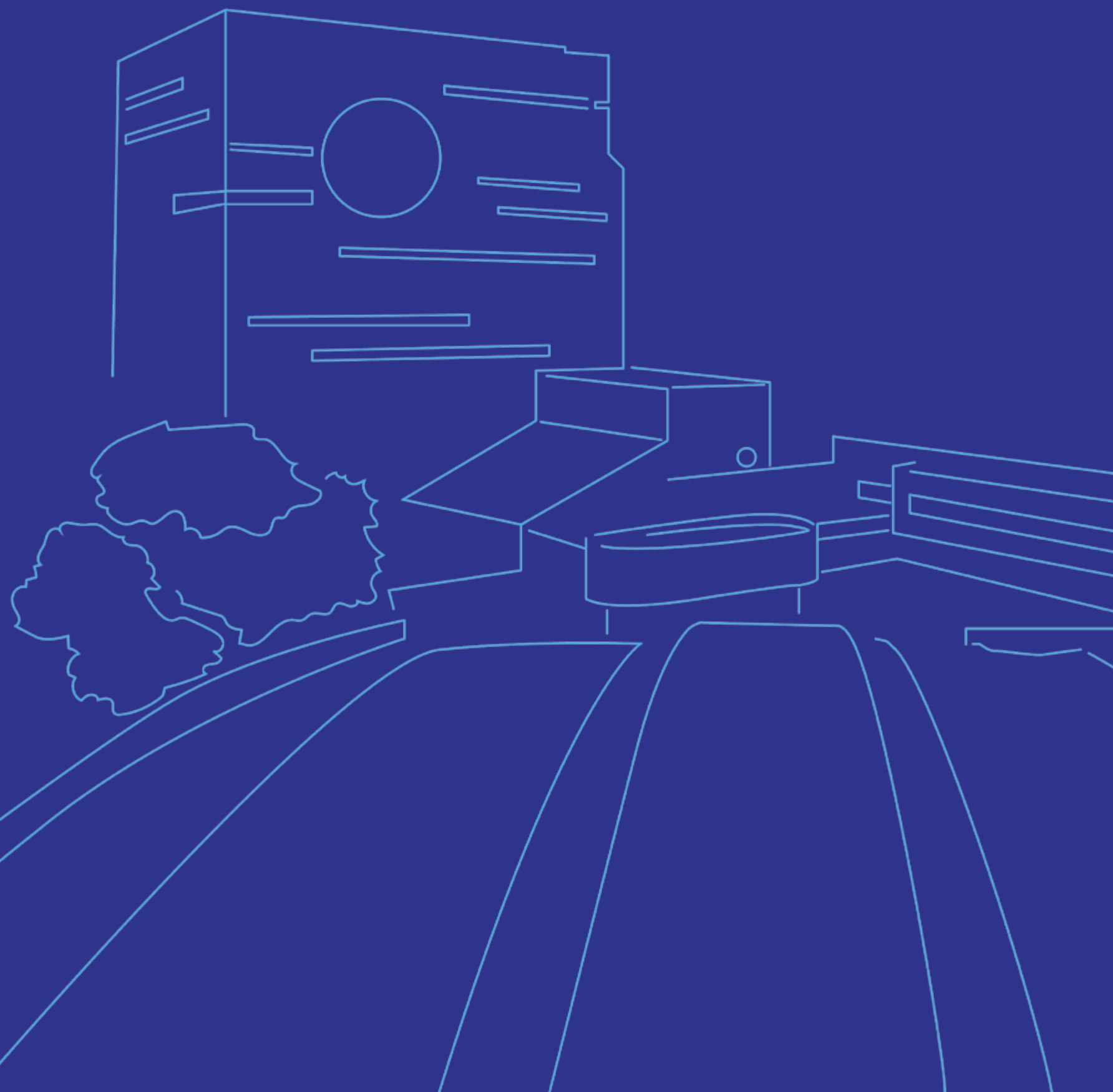
Estamos entre los tres mejores hospitales de Latinoamérica según el Ranking IntelLat 2025

La Fundación Santa Fe de Bogotá fue reconocida como el mejor hospital de Colombia y el tercero en Latinoamérica en el Ranking IntelLat 2025, clasificación que evalúa a las instituciones de salud más destacadas de la región y que, en esta edición, analizó el desempeño de 80 hospitales y clínicas. Este resultado consolida el liderazgo de la institución en el país y confirma su proyección internacional en estándares de calidad, seguridad, investigación y excelencia clínica.

El Ranking IntelLat es considerado uno de los listados más relevantes del sector salud en América Latina y toma en cuenta aspectos relacionados con la gestión hospitalaria, la capacidad de innovación, el impacto académico, la experiencia del paciente y el enfoque sostenible en los modelos de atención. En esta evaluación, la Fundación Santa Fe de Bogotá sobresalió por la calidad en el servicio, la incorporación de tecnologías innovadoras y la integración de un modelo clínico sostenible que promueve prácticas responsables con el entorno y con las comunidades.

Este reconocimiento se suma a las acreditaciones y certificaciones internacionales que respaldan la labor de la institución. Entre ellas, la acreditación de Joint Commission International (JCI) en 20 centros de cuidado clínico, la distinción Magnet®, que constituye el más alto reconocimiento mundial a la excelencia en enfermería, y la certificación Planetree Gold, orientada a la atención centrada en las personas y en la experiencia humana. Estos sellos reflejan el cumplimiento de estándares globales en calidad, seguridad, ética asistencial y humanización del cuidado.

Durante más de cinco décadas, la Fundación Santa Fe de Bogotá ha consolidado un modelo hospitalario de alta complejidad que articula la atención clínica con la formación de talento humano y el desarrollo científico, siempre con una visión centrada en el bienestar de los pacientes, sus familias y la comunidad. Este logro reafirma el compromiso institucional de seguir avanzando en soluciones innovadoras para los retos de salud del país y de la región, y de continuar brindando más y mejor salud.





Tu Salud al alcance de tu mano: Guía práctica para una Nutrición balanceada.

Recuerda que tu cuerpo necesita un balance con alimentos nutritivos para darle un respiro tras los manjares y deleites de la navidad, año nuevo y otras festividades.

Una dieta equilibrada puede mejorar tu estado de ánimo, tu sistema inmune, tu salud digestiva e incluso aumentar tus niveles de energía.

Por esta razón, resaltamos la importancia de un adecuado manejo de porciones, acompañado de consejos prácticos, sencillos y con referencias científicas, para que puedas aplicarlos durante este nuevo año.



Masa muscular: consumo de proteína.

Las proteínas ayudan a mantener la masa muscular, promueven la saciedad y favorecen la reparación celular. Prefiere cortes magros, sin piel ni grasa visible, como pollo, pescado, pavo, res, cerdo, huevo, lácteos.

Tip: El tamaño de porción equivale a la palma de la mano.



Energía: control de carbohidratos.

No olvides que tanto la calidad como la cantidad del carbohidrato es importante. Elige opciones integrales como arroz, pasta, quinua, avena, pan, entre otros. También puedes incluir alimentos como yuca, arracacha, papa, plátano.

Tip: El tamaño de la porción corresponde a la parte frontal de tu puño.



Grasas: cuida tu salud cardiovascular.

Las grasas son esenciales para el adecuado funcionamiento del sistema nervioso, la absorción de vitaminas y minerales, la salud cardiovascular y la producción hormonal. Incluye fuentes de grasa saludable como aceite de oliva extra virgen, aguacate, frutos secos, semillas (chía o linaza), pescado (omega 3).

Ten presente que no todos los aceites resisten altas temperaturas. Lo ideal es cocinar a una temperatura promedio de 180-190° y seleccionar aceites con puntos de humos altos como canola, girasol, entre otros.

Tip: Aceites: mide la porción con la punta de tu dedo pulgar. Frutos secos y semillas: la porción ideal es la mitad de tu palma de la mano.



Prioriza la fibra: frutas y verduras.

El consumo de frutas y verduras reduce el riesgo de enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión, obesidad y algunos tipos de cáncer. Además, son fuentes importantes de vitaminas y minerales que contribuyen al correcto funcionamiento del organismo. Su alto contenido de agua y fibra favorece el tránsito intestinal. Prefiere ensaladas frescas y frutas al natural en vez de jugos, recuerda consumir diariamente 2 porciones de verduras y 3 de frutas.

Tip: El tamaño de porción ideal equivale a dos palmas de tus manos juntas.



Hidratación: consumo de agua.

El agua es crucial para mantener la temperatura corporal, conservar tu piel hidratada y prevenir problemas gastrointestinales como el estreñimiento. Si prefieres, puedes optar por adicionar al agua rodajas de fruta o hacer infusiones para dar un toque de sabor.

Tip: recuerda consumir mínimo 1 litro al día, equivale a 4 vasos.

Tips adicionales...



Actividad física: Mantenerte activo previene enfermedades neurodegenerativas, y contribuye a mantener un peso saludable, mejorar el estado de ánimo, aumentar la energía y favorecer un mejor descanso. Recuerda realizarla a diario en un periodo no menor a 30 minutos.



Ultra procesados: Son productos industrializados con una mezcla de aditivos, usualmente con alto contenido de azúcares, grasas saturadas y sodio, lo que puede aumentar el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.

Te recomendamos:

Planifica con anticipación el menú semanal, evitando que la falta de tiempo te lleve a comprar o consumir alimentos procesados.

Usa especias naturales como tomillo, romero, orégano o hierbas aromáticas.

Lee el etiquetado y sellos frontales para conocer su aporte nutricional.



La música que nos hace pertenecer

El inicio de un nuevo año se vive de múltiples formas alrededor del mundo, pero guarda algo profundamente universal: la **necesidad de reconectar con lo que somos y con quienes nos rodean**. Es un tiempo simbólico de transición, en el que miramos hacia atrás para comprender lo vivido y hacia adelante para proyectar nuevas posibilidades. En este umbral entre lo que fue y lo que comienza, emergen preguntas, emociones y expectativas ligadas a la identidad, al propósito y a la pertenencia. Y, una vez más, existe un lenguaje común que acompaña este proceso humano: **la música**.

La música acompaña los comienzos. Marca cierres y aperturas, sostiene reflexiones, despierta memorias y ofrece un hilo de continuidad emocional entre el pasado y el presente. Es compañía, memoria e identidad; y, sobre todo, una expresión profunda de humanidad. En momentos de cambio, la música ayuda a ordenar lo que sentimos y a dar sentido a las transiciones que atravesamos.

Desde la neurociencia, se sabe que la música activa regiones del cerebro asociadas al afecto, la memoria emocional y el vínculo. Por eso, en el inicio del año cuando las emociones suelen estar más expuestas y la mente más reflexiva la música se convierte en un recurso que brinda contención, calma y conexión. **Nos ayuda a procesar lo vivido y a fortalecer la sensación de continuidad personal, incluso en medio de la incertidumbre.**

Este movimiento emocional se vincula con una necesidad humana esencial: **pertenecer**. Somos seres relacionales, contruidos a partir de los vínculos que nos sostienen a lo largo de la vida. El inicio del año suele intensificar ese llamado interno: volvemos la mirada hacia nuestras redes afectivas, hacia los grupos que nos dan sentido y nos permiten reconocernos. Aun cuando la cercanía física no siempre es posible, el deseo de conexión permanece como un hilo invisible que enlaza historias, recuerdos y afectos.

En ese punto, la música adquiere un valor especial. Una melodía puede transportar a una persona a lugares significativos de su historia: una casa, una voz, un momento compartido. Los recuerdos sonoros reactivan emociones profundas y devuelven al corazón la sensación de pertenencia, de estar anclado a algo familiar y significativo.

En los hospitales, este proceso cobra matices particulares. Para muchos pacientes, el inicio de un nuevo año puede despertar esperanza; para otros, puede amplificar sentimientos de vulnerabilidad, cansancio o incertidumbre frente a lo que viene. Estas emociones también atraviesan a los familiares y a los equipos de salud, que continúan acompañando y cuidando en medio de los cambios de ciclo. En este contexto sensible, la musicoterapia se consolida como una herramienta de humanización del cuidado.

A través de la música, los entornos hospitalarios frecuentemente dominados por sonidos técnicos y rutinas estructuradas pueden transformarse en espacios emocionalmente más cálidos y cercanos. Melodías suaves, canciones significativas o ritmos que acompañan la respiración y el pulso favorecen estados de calma, presencia y regulación emocional.

La musicoterapia no solo acompaña el cuerpo, sino que también sostiene la experiencia emocional de quienes atraviesan procesos de salud complejos.

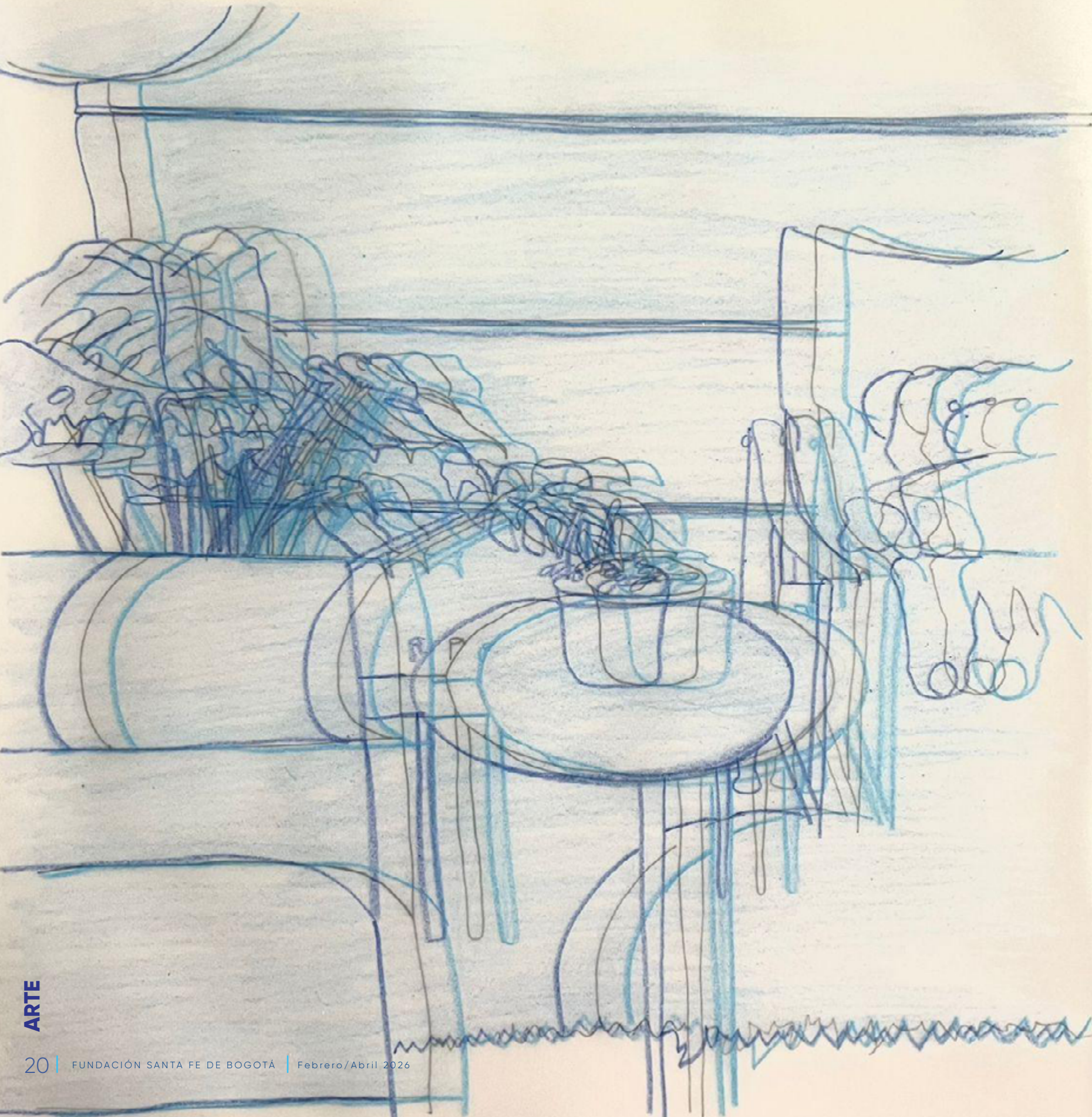
Además, el inicio del año refleja la diversidad cultural de las personas que habitan los hospitales. Cada individuo llega con una historia sonora propia: músicas que evocan su lugar de origen, su familia, sus creencias o sus momentos significativos.

La musicoterapia tiene la capacidad de dialogar con esa diversidad, integrándola al cuidado y permitiendo que cada persona se sienta reconocida en su singularidad.

La necesidad de pertenecer no es exclusiva de un momento del calendario; es cíclica y constante. A lo largo del año atravesamos cambios, desafíos y aprendizajes, y los inicios funcionan como puntos de reorganización interna: momentos para reorientar, re-significar y abrir espacio a nuevas etapas.

En ese proceso, la música actúa como un ancla emocional y como un puente entre lo que somos y lo que aspiramos a ser.

Independientemente del lugar, del idioma o de la cultura, el comienzo de un nuevo año nos recuerda lo esencial: los vínculos, la conexión y el sentido de pertenencia. Y es justamente ahí donde la musicoterapia despliega su valor más profundo: **cuidar no solo del cuerpo, sino también del corazón y de la experiencia humana. A través de la música, encontramos continuidad, consuelo y la posibilidad de sentirnos parte, incluso en medio de los cambios que trae cada nuevo comienzo.**



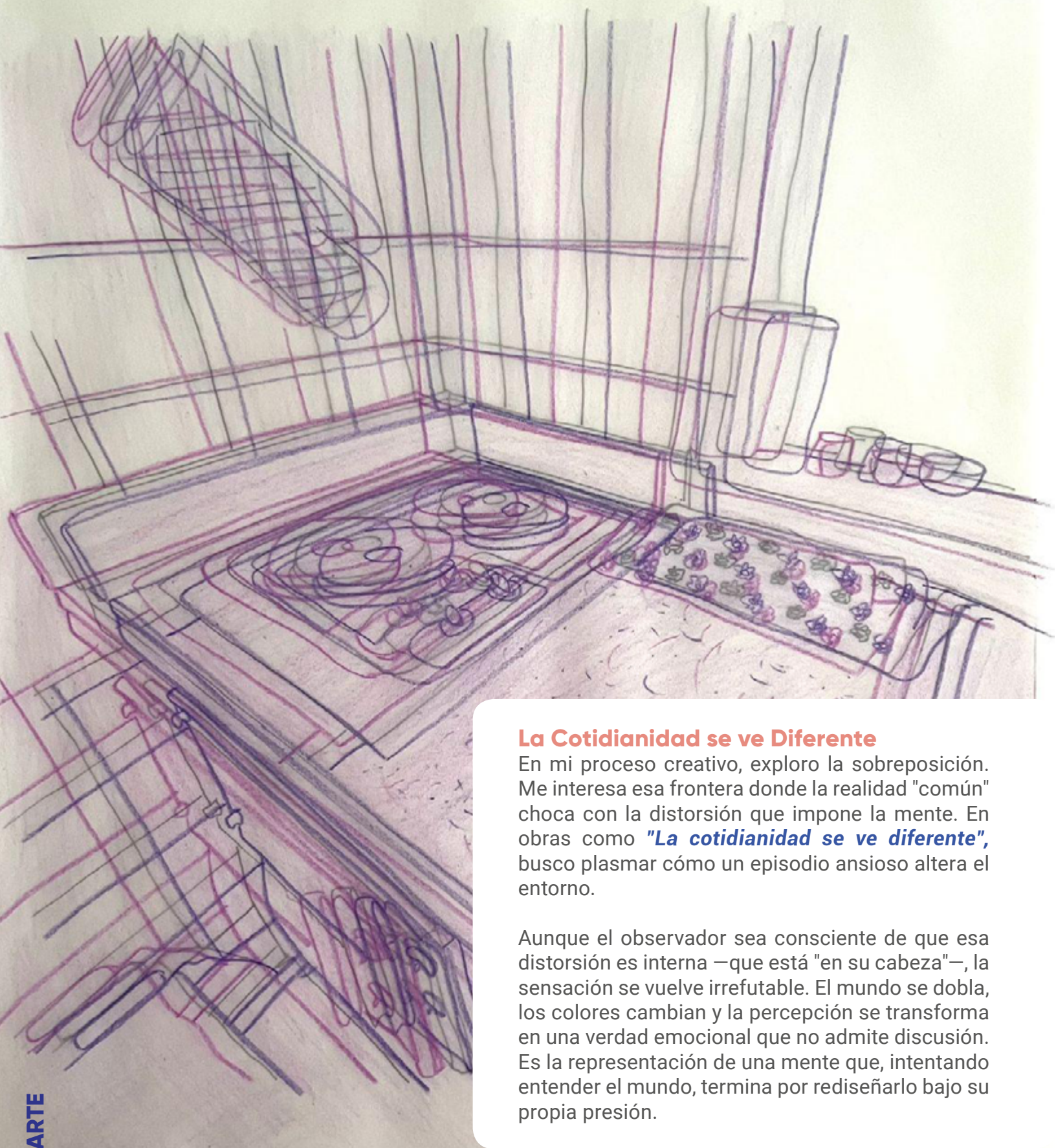
Vivir con sentido: habitando la salud mental desde el arte y lo cotidiano

Por: Isabela Ordóñez Gnecco-Artista Visual y Psicóloga

La salud mental en el siglo XXI no es solo un concepto clínico; es un tejido de experiencias vibrantes, caóticas y profundamente personales. Como artista visual y psicóloga de la Pontificia Universidad Javeriana, **mi camino se ha trazado en la intersección de estos dos mundos: la rigurosidad del análisis neuropsicológico y la libertad de la expresión creativa.** Mi labor en instituciones de inclusión y con poblaciones vulnerables me ha enseñado que, donde las palabras fallan para explicar el dolor o la diferencia, el arte emerge como un lenguaje universal de sanación y visibilidad.

El Arte de Nombrar lo Innombrable

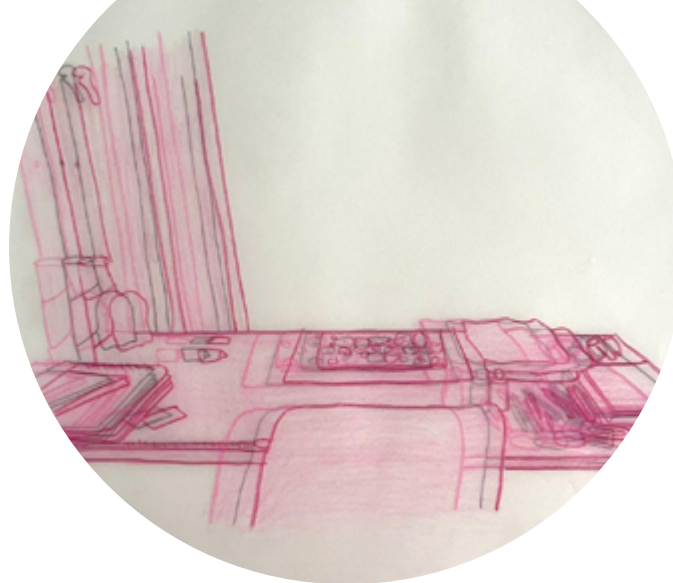
"El propósito de mis obras es hablar de lo humano", suelo decir. Vivimos rodeados de títulos: depresión, ansiedad, bipolaridad, autismo, insomnio. Pero ¿qué significan realmente estos rótulos para quien los habita? Al final del día, el amor, la pérdida o la parálisis de sueño son vivencias que solo entiende verdaderamente quien las atraviesa, aunque incluso para ellos sea imposible descifrarlas por completo. **Mi obra busca capturar ese "residuo" de la experiencia humana que se escapa de los diagnósticos.**



La Cotidianidad se ve Diferente

En mi proceso creativo, exploro la sobreposición. Me interesa esa frontera donde la realidad "común" choca con la distorsión que impone la mente. En obras como *"La cotidianidad se ve diferente"*, busco plasmar cómo un episodio ansioso altera el entorno.

Aunque el observador sea consciente de que esa distorsión es interna —que está "en su cabeza"—, la sensación se vuelve irrefutable. El mundo se dobla, los colores cambian y la percepción se transforma en una verdad emocional que no admite discusión. Es la representación de una mente que, intentando entender el mundo, termina por rediseñarlo bajo su propia presión.



Taladrando mi Cabeza: Mapas del Ruido Interior

Mis piezas más recientes funcionan como mapas mentales saturados. Son capas de color, palabras, símbolos y gestos que se superponen sin pedir permiso al espectador. En ellas, no hay un recorrido único ni un centro claro: la mirada salta, se pierde, vuelve y se abruma.

A menudo asociamos la salud mental con la oscuridad, pero la ansiedad, para mí, no es lúgubre; es exceso. Es una saturación de información que reclama atención constante. Utilizo tonos vibrantes —naranjas, rojos, morados— que conviven con frases y manchas en un estado de coexistencia ruidosa. Es el reflejo de cómo opera la mente ansiosa: un flujo constante de estímulos que insisten en ser vistos todos al mismo tiempo.

Una Invitación a la Reflexión

A través de la prevención y la promoción de la salud emocional, mi objetivo es que la creatividad y los sentidos se conviertan en herramientas para cultivar culturas de paz personal. Mi arte es una invitación a mirar de frente esas experiencias del siglo XXI, a aceptar el caos visual y mental como parte de nuestra complejidad humana, y a encontrar belleza en el intento —aunque sea imposible— de entendernos completamente.



Visítanos en la
Fundación Santa Fe de Bogotá,
Avenida carrera 9 con calle 119,
Bogotá. Galería – Café
Primer piso



Descubre tus derechos

Hola, soy Axe, la mascota de la Fundación Santa Fe de Bogotá. ¿Sabías que existen derechos de los niños, niñas y jóvenes hospitalizados? Cada palabra que encuentres en esta sopa de letras es importante porque te recuerda que:

En el hospital tienes derecho a ser cuidado, escuchado y respetado.

A	R	C	U	Y	T	U	A	M	K	I	A	J	N	D
T	P	O	N	N	H	V	U	H	N	A	C	U	L	A
E	R	N	L	A	N	E	E	F	C	Z	M	E	V	D
N	O	T	T	O	R	B	O	S	D	U	H	G	W	I
C	T	A	U	T	D	R	X	D	Z	P	C	O	R	N
I	E	C	E	J	M	S	O	I	C	A	P	S	E	G
O	C	T	V	A	N	O	I	N	I	P	O	D	E	I
N	C	O	C	P	R	I	V	A	C	I	D	A	D	D
B	I	I	W	V	C	A	N	G	I	D	D	D	V	L
F	O	B	H	U	M	A	N	I	Z	A	C	I	O	N
N	N	S	S	Q	Y	J	L	A	D	W	S	R	B	E
L	X	K	A	W	T	N	O	I	C	A	C	U	D	E
I	Y	K	A	L	Z	R	S	S	D	T	R	G	K	N
T	U	H	V	C	U	D	E	A	N	A	Y	E	C	M
G	C	U	I	D	A	D	O	Y	P	H	D	S	Q	L

Salud: Tienes derecho a que te cuiden y te ayuden a mejorar cuando estás enfermo.

Atención: Las personas del hospital deben cuidarte con cariño y respeto.

Información: Pueden contarte lo que pasa con tu salud en palabras que entiendas.

Opinión: Puedes decir lo que piensas y cómo te sientes sobre tu atención.

Escucha: Tu voz importa, y el equipo de salud debe escucharte.

Dignidad: Mereces un trato amable, respetuoso de tus preferencias y creencias.

Privacidad: Tu cuerpo, tus historias y tus fotos son tuyas; se cuidan con respeto.

Protección: Nadie puede hacerte daño ni tratarte mal en el hospital.

Espacios: Debes tener lugares bonitos y seguros, hechos para niños.

Seguridad: En el hospital deben cuidar que nada te ponga en riesgo.

Acompañamiento: Puedes estar con tu mamá, papá o tu persona segura.

Confidencialidad: Lo que cuentas sobre tu salud es un secreto que los médicos guardan.

Humanización: La atención debe tener calidez, sonrisas y comprensión.

Calidad: Debes recibir la mejor atención posible.

Juego: Aun cuando estás enfermo, tienes derecho a jugar.

Recreación: Puedes tener momentos para divertirte y distraerte.

Educación: Tienes derecho a seguir aprendiendo, las profes vienen al hospital.

Dolor: Los médicos deben ayudarte a que no te duela ni el cuerpo ni el corazón.

Cuidado: Todos deben ayudarte a crecer sano, fuerte y feliz.

Investigación: Solo si tú y tu familia quieren, puedes participar en estudios médicos.

Consentimiento: Cada acción, cuidado o procedimiento debe ser explicado. Tu y tus padres deben estar dar su aprobación

Nacimiento: Desde que naces tienes derecho a ser cuidado y protegido.

Registro: Debemos inscribirte con tu nombre y reconocerte como una persona única.

Contacto: es mi derecho estar cerca de mis padres y recibir atención y amor.

Amamantamiento: tengo derecho a recibir la leche de mamá.

Muerte digna: Si tu cuerpo ya no puede sanar, puedes estar con tus seres queridos y sentirte en paz.

CUIDA TU SALUD

Un **ecosistema digital** hecho para que el bienestar llegue a todas las personas

En **Cuida tu Salud** reunimos en un solo lugar todo lo que las personas necesitan para tomar decisiones informadas y vivir mejor. Nuestro ecosistema digital crece, evoluciona y se adapta para acompañar a cada audiencia, en cada etapa de la vida.



Un **ecosistema que inspira, educa y transforma.**

En la **Fundación Santa Fe de Bogotá** seguimos innovando para estar donde las personas interactúan en su día a día.

Programación dirigida a pacientes, familiares, cuidadores, visitantes y colaboradores.

Te invitamos a consultar los diferentes temas educativos que tendremos en la Fundación Santa Fe de Bogotá.

Si deseas más información, llámanos a los contactos referidos.

Tema	Día	Hora	Lugar	Mayor información
Eucaristías	Martes a viernes	6:30 a.m.	Sala de Reflexión. Hospital Universitario - piso 2	601 6 030303 Ext.5984
	Domingo	1:00 p.m.	Auditorio Rosalba Pacheco - piso 7	
	Miércoles	12:15 p.m.	Transmitida a pacientes por medio de QR - Sala de Reflexión. Hospital Universitario - piso 2	
Rezo del Rosario	Martes	3:00 p.m.	Hospitalización	
Exposición del Santísimo	Miércoles	10:00 a.m. a 12:00 m	Sala de Reflexión. Hospital Universitario - piso 2	
Presentación musical. Fundación Allegro.	Todos los martes, jueves y viernes	10:00 a.m.	Hospitalización, Salas de visita y Hall del 1° y 3° piso	601 6 030303 Ext 5084
Concierto de Piano: invitado por Ortizo.		02:00 p.m.	Hall- piso 3 Edificio Tradicional	
Exposición Vivir con sentido: habitando la salud mental desde el arte y lo cotidiano. Artista Invitada: Isabela Ordoñez Gnecco.	Febrero	Permanente Hall del primer piso del Hospital Universitario. Entrada Av. Carrera 9 con calle 119, Bogotá		
Sesión de musicoterapia	Todos los martes	11:30 a.m.	Hospitalización- piso 3	601 6 030303 Ext.5984
	Todos los miércoles	10:00 a.m.	Hospital Día: programa de adulto mayor Edificio Ambulatorio	
	Todos los viernes	9:00 a.m.	Instituto de Cáncer	
LA HORA DEL CUENTO Tiempo de cuentos y literatura para niños y adolescentes hospitalizados.	Todos los lunes	11:00 a.m.	Ludoteca Hospitalización de pediatría	601 6030303 Ext.5084
Celebremos el día de... para niños, niñas y adolescentes hospitalizados.	Todos los martes			
Musicoterapia para niños, niñas y adolescentes hospitalizados.	Todos los miércoles			
Sanando el Ambiente, talleres artísticos y de educación ambiental para niños, niñas y adolescentes hospitalizados.	Todos los jueves	11:00 a.m.		
Bingo para pacientes hospitalizados.	Todos los jueves desde febrero	02:00 p.m.	Hospitalización	
Actividades lúdicas para pacientes del Instituto de Cáncer.	Todos los martes desde febrero	10:30 p.m.	Instituto de Cáncer	

Boletín **ARTE** *Salud*

**Boletín para pacientes, familiares y cuidadores
Programa de Arte y Entretenimiento**

Oficina de Comunicaciones Institucionales: info@fsfb.org.co



Apreciado lector, con el ánimo de seguir mejorando la producción del Boletín Artesano, por favor ayúdanos con tu opinión y recomendaciones, escaneando el siguiente QR:



Síguenos en nuestras redes sociales

 [FSFB.org](https://www.fsfb.org) |  [@FSFB_Salud](https://www.instagram.com/FSFB_Salud) |   [@FSFB_Salud](https://www.youtube.com/FSFB_Salud) |  [Fundación Santa Fe de Bogotá](https://www.fundacionsantafedebogota.com)

Conoce más información: www.fundacionsantafedebogota.com