GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA República de Colombia	**INFORME ASESORIA O ASISTENCIA TECNICA**	Código FO-M4-P3-018 Versión 04 Fecha de aprobación 01/10/2019

Proceso: Fortalecimiento Institucional y de la Participación Ciudadana
Procedimiento Asesoría o Asistencia Técnica

Tipo de Actividad	ASESORIA
Modalidad	OFERTA

Las acciones de intervención del Plan Anual de Asesoría o Asistencia Técnica, deben tener operatividad en cada actividad descrita en la programación mensual. Se entiende Asesoría o asistencia técnica por Oferta si se desprende del Indicador de Producto del Plan de Desarrollo. Se entiende Asesoría o asistencia técnica por Demanda cuando es solicitada por el usuario del servicio y puede

INFORMACION BASICA DE LA ASESORIA O ASISTENCIA TECNICA					
Organismo	Secretaría de Inclusión Social y Familia				
Dependencia	GERENCIA DE INFANCIA ADOLESCENCIA Y JUVENTUD				
Responsable	1037977119 - Yaritza Vanessa Castaño Duque	**Cargo**	CONTRATISTAS	**Contrato**	
Línea estratégica	Nuestra gente				
Programa	Unidos por la primera infancia				
Objetivo Programa	Fortalecer las potencialidades y el goce efectivo de derechos de las personas desde la gestación y hasta los primeros seis años de vida, en condiciones de dignidad y afecto.				
Indicador Producto	Estrategia de formación en entornos protectores, parto humanizado y lactancia, implementada con los actores territoriales que atienden a la primera infancia				
Proyecto	Implementación del programa Unidos por la Primera Infancia del Plan de DesarrolloUnidos por la Vida 2020 - 2023 Antioquia				
Acciones para la intervención	ASISTENCIA TÉCNICA O ASESORÍA - Asesoría en las líneas de la política publica departamental Buen Comienzo Antioquia: parto humanizado, lactancia materna y entornos protectores.				
Subregión/Municipio	MAGDALENA MEDIO/PUERTO BERRIO				
Población objeto	FUNCIONARIOS DE HOSPITALES				
Fecha programada	Aug 31, 2021				
Lugar programado					

GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA República de Colombia	**INFORME ASESORIA O ASISTENCIA TECNICA**	Código FO-M4-P3-018 Versión 04 Fecha de aprobación 01/10/2019

Proceso: Fortalecimiento Institucional y de la Participación Ciudadana
Procedimiento Asesoría o Asistencia Técnica

REPORTE DETALLADO DE LA ASESORIA O ASISTENCIA TECNICA

Necesidad identificada en la demanda del usuario

Se requiere acompañar en la estructuración y puesta en marcha del proceso formativo de educación física para la gestación POR UNA ANTIOQUIA QUE ACUNE LA VIDA: MÚEVASE PUES.

Persona(s) con quien(es) se coordina la actividad (nombre y cargo)

Objetivo de la A o AT

Generar espacios de formación, diálogo con el personal de salud, agentes educativos de primera infancia y coordinadores de deportes municipales en torno a la actividad física como un medio para avocarse al cuidado, protección y educación para las gestantes. POR UNA ANTIOQUIA QUE ACUNE LA VIDA: MÚEVASE PUES.

Productos y resultados esperados

Personal de la salud, agentes educativos y profesionales deportivos sensibilizados e informados en la intencionalidad pedagógica de la actividad física durante la gestación y el parto.

Desarrollo de la intervención planeada

Desarrollo:

Se inicia el encuentro con un saludo especial a todos los asistentes, se recuerda la importancia de este espacio brindando por la Gerencia de infancia, adolescencia y juventud y por parte de Indeportes Antioquia.

Se da espacio al Dr. Ludwin con el tema de los cambios y adaptaciones fisiológicas durante la gestación activa VS sedentarismo, nos explica paso a paso los cambios y ejercicios que se realizan durante la gestación.

Se envía el link de Asistencia para su diligenciamiento.

Después se da inicio con el tema de masajes en hombros, espalda y manos por parte de la profesional Vanessa Castaño. Se explica la importancia de dar un espacio de relajamiento durante la gestación a las madres, estos masajes le ayudaran a reducir el estrés y los nervios normales de cualquier mujer en este estado; también ayudan a Calmar los calambres típicos de la gestación, Reducen la tensión muscular, reducen el cansancio y a eliminar la ansiedad.

La espalda hombros y manos, es una de las zonas que más problemas da durante la gestación. Estos dolores que son provocados por el aumento de peso y volumen de la gestante. Para evitar los dolores de espalda, hombros y manos se recomienda los masajes neuromusculares (uno a la semana). Éste alivia dolores musculares y tensiones. Su técnica comprende numerosas maniobras de amasamiento, fricción y compresión. Así, se evitarán las molestias y se mantendrá la postura adecuada.

Para iniciar con los masajes es importante crear un ambiente relajante con velas, música y aceites que ayudaran al deslizamiento de las manos. También antes de dar inicio es importante el lavado de manos.

Se explica la importancia de la comodidad de la madre, se recuerda que después del segundo trimestre no se deben acostar boca abajo, sino de un lado, con una almohada en la cabeza, vientre y piernas. Se explica los masajes de hombro y cuello en las gestantes para aliviar la tensión relacionada con el estrés. Se ahueca la mano en uno de sus hombros (en la unión con el cuello) y deslízala hacia arriba hasta la base del cráneo. Desliza la mano nuevamente hacia abajo y hacia el final del hombro. Utiliza la base de la mano o la yema de los dedos para aplicar una presión leve en las zonas donde se perciba una tensión muscular. Para terminar, repite con el otro lado del cuerpo. Este es un buen masaje para realizar cuando la gestante esté sentada. También puede llevar las manos hacia arriba y hacia abajo en el lado externo de sus brazos. Lleva los pulgares hacia arriba y hacia abajo del cuello en ambos lados de la columna vertebral, en especial cerca de la base del cráneo y en la unión entre el cuello y los hombros.

Cuando la gestante esta acostada de lado podemos realizar un masaje suavemente con la base de las manos o los pulgares, realizando movimientos hacia arriba y abajo de la espalda. También puede aplicar una presión suave con los puños a lo largo de la zona lumbar. A medida que su abdomen crezca, sentirá una gran presión que puede causar dolor de espalda, en especial después de un día largo. Se debe evitar masajear el costado del cuerpo, dado que la presión en estas áreas puede causar cosquillas o dolor.

Y por último, realizamos masaje en las manos, es excelente para disminuir el dolor en las articulaciones y relajar los músculos de las manos. Primero, se debe elegir una sustancia para hacer el masaje y crear un ambiente relajante para hacerlo. Luego, masajea la mano haciendo una presión suave en las articulaciones y en los tendones. Por último, puede avanzar un poco más, y masajear el codo y el antebrazo o hacer estiramientos con las manos.

Con este ejercicios damos por terminado los masajes de hombro, cuello y manos, ya que en cada bloque se está presentando cefalocaudal. Todos los masajes se hicieron demostrativos a través de la cámara del Meet.

Luego se da paso al profesional Fredy Bedoya quien realiza una actividad para recordar los ejercicios de kegel trabajados en días anteriores. Pide que enciendan las cámaras y los que puedan nos muestren algún ejercicio de respiración o de kegel, o pueden subir el video al drive para compartir con el resto de las personas. Dos de los participantes encendieron cámara y nos compartieron algunos ejercicios de kegel y otras 3 participantes nos compartieron un video en el drive donde podemos evidencias ejercicios de respiración.

Por último se abre un espacio de preguntas donde se resuelven las dudas generadas sobre el tema.

Se agradece por el espacio compartido.

Proceso: Fortalecimiento Institucional y de la Participación Ciudadana
Procedimiento Asesoría o Asistencia Técnica

Se envía link de encuesta de opinión, resaltando la importancia de las recomendaciones, explicando la calificación de 1 insuficiente a 5 excelentes.
Conclusiones y recomendaciones
Se resalta el compromiso de los asistentes para la atención de un parto cálido y respetado.

COMPROMISOS DE LA ASISTENCIA TÉCNICA

Seguimientos y compromisos	Fecha estimada	Responsable	Evidencia de cumplimiento

Nombre y Cargo de la persona que reporta el informe	Cargo	Firma
- 1037977119 - Yaritza Vanessa Castaño Duque	CONTRATISTAS	

Vo. Bo. Jefe de la dependencia al informe realizado

FO-M4-P3-019 “Encuesta de opinión del usuario de Asesoría o Asistencia Técnica”

FO-M4-P3-033 “Listado de asistencia FIPC