REPUBLICA DE COLOMBIA

MINISTERIO DE TRANSPORTE

UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECIAL DE AERONÁUTICA CIVIL

ANEXO TÉCNICO No.2
ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

No. 19000839A H3

OBJETO: PRESTAR SERVICIOS DE ACONDICIONAMIENTO FISICO DEPORTIVO Y GIMNASIA EN EL TRABAJO, PARA LOS SERVIDORES PUBLICOS DE LA REGIONAL CUNDINAMARCA

INTRODUCCION

La UAE de Aeronáutica Civil, consciente de la necesidad y obligatoriedad de cumplir adecuadamente con el programa de Acondicionamiento Físico implementado dentro del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud Ocupacional desarrollando actividades preventivas y de promoción, pretenden promover estilos de vida saludable motivando a los funcionarios hacia la práctica de una actividad física regular y estimular la sana utilización del tiempo libre.

La prescripción de ejercicio es la piedra angular del proceso de acondicionamiento físico, utiliza el conocimiento patrones claramente establecidos- combinado con sensibilidad subjetiva del operador, para la dosificación de cargas físicas -planeación y ejecución- hacia la obtención de los beneficios buscados de acuerdo a los objetivos trazados al abordar el proceso de acondicionamiento físico.

Tiene distintos niveles de complejidad de acuerdo a los factores que intervengan. El proceso tiene como producto final el Plan de trabajo, documento central, dinámico, contiene todas las actividades, descritas ampliamente, con registro de objetivos y logros, es objeto de ajuste continuo para la optimización del proceso.

En el ámbito laboral de los bomberos aeronáuticos, se debe prevenir de manera eficaz el riesgo asociado a la práctica deportiva, mejorando la condición física de los Bomberos Aeronáuticos; por lo cual se viene implementando el Programa de Acondicionamiento Físico con el propósito de mejorar la composición corporal y la actitud flexible como parámetro fundamental para la prevención de enfermedades cardiacas y osteomusculares; teniendo en cuenta que la actividad física mejora las capacidades del individuo, incrementa la autoestima, previene riesgos ocupacionales y provee una experiencia social positiva a quien lo practica.

Lo anterior para prevenir de manera eficaz el riesgo asociado a sedentarismo y lesión deportiva mediante sesiones periódicas que desarrollen esquemas personalizados de acondicionamiento físico ya que el deporte empresarial cunado se realiza en forma masiva con fines recreativos o formativos, presenta pocos riesgos y altos beneficios.

JUSTIFICACIÓN

El informe de la situación nutricional de Colombia publicada en el año 2015 donde se encuentra un 37.7% de la población en sobrepeso y el 18% con obesidad para un total del 55.7% de la población joven y adulta de Colombia con sobrepeso y los datos de la Organización Mundial de la Salud - OMS del 2017 que reporta un sobrepeso en Colombia del 56 % (sumando el sobrepeso como tal y la obesidad) se evidencia un sobrepeso total de los bomberos aeronáuticos en 71.8 % muy por encima de los datos colombianos y latinoamericanos.
La elevada correlación entre el sobrepeso con enfermedades crónicas no transmisibles como la Hipertensión Arterial, la Diabetes, la Hiperlipidemia y sobre todo con la Enfermedad cardiovascular que es la principal causa de mortalidad en el mundo, obligó a los países a tomar acciones preventivas y políticas de salud pública encaminadas al control del sobrepeso.

Es conocido que existen tres acciones preventivas que podría disminuir la obesidad y el sobrepeso reduciendo hasta en 70% la mortalidad prematura y estas son: alimentación saludable, actividad física y no tabaquismo.
En tanto se hace necesario desarrollar un programa como intervención de la condición de salud y estado físico de los servidores que ejercen como bomberos aeronáuticos.

OBJETIVOS

General

Reducir el riesgo de desarrollar patologías relacionadas con el sedentarismo y hábitos de alimentación en los servidores públicos de la Entidad, brindando una estrategia integral de acondicionamiento físico y hábitos de vida saludable con alcance a la esfera familiar.

Específicos

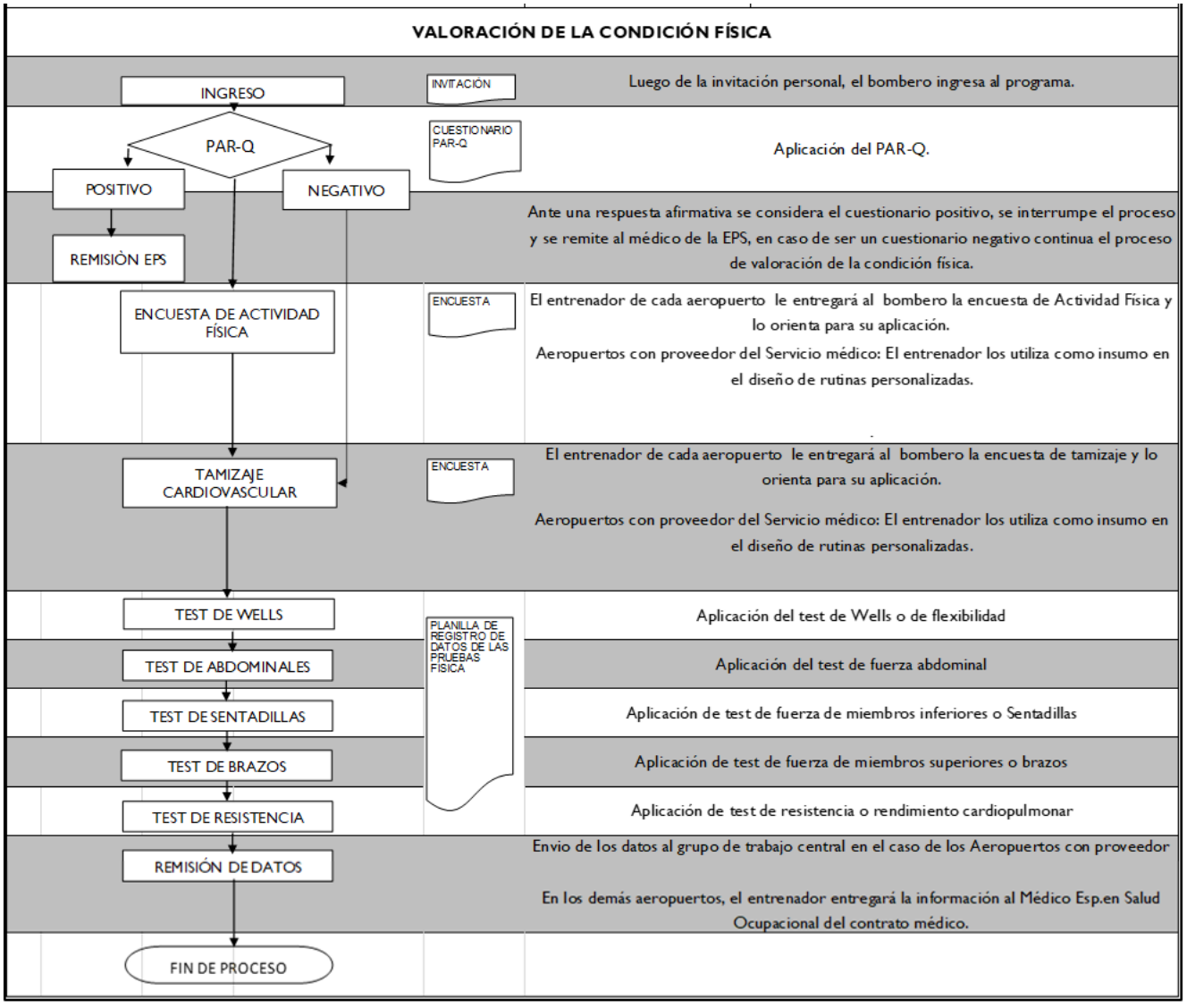
- Brindar herramientas que ayuden a generar conciencia sobre la importancia de mantener una adecuada condición física mediante el ejercicio rutinario y la alimentación saludable mejorando el estilo de vida.

- Promocionar hábitos de nutrición saludable, educando integralmente en alimentación adecuada desde la consecución, conservación, preparación y presentación de la comida basados en los aspectos sociodemográficos, culturales y tradicionales de cada zona del país.

- Direccionar al ente de salud correspondiente la población que se identifique con signos y síntomas relacionados con alteraciones de la condición física y nutricional.

ITEM 1. ACONDICIONAMIENTO FÍSICO CON ÉNFASIS EN LOS BOMBEROS AERONÁUTICOS

1.1 Evaluación de condiciones físicas de funcionarios



INFORMES

Luego de las valoraciones y aplicación de encuestas por parte del entrenador físico en cada aeropuerto, éste deberá diligenciar por servidor un informe individual (Según Modelo de la Entidad), el cual deberá anexarse al informe final del programa en cada aeropuerto.

Para el informe final, el entrenador deberá diligenciar la base de datos del (Según modelo de la entidad), los ítems que corresponden a "entrenador físico", Y luego deberá enviarla al profesional de Nutrición para llenar los demás campos.

• Para los aeropuertos donde el programa se lleva a cabo con el proveedor ARL-UMAF, la base de datos será enviada al equipo central en Bogotá, para el desarrollo de los informes y demás pertinentes.

• En el caso de los aeropuertos donde el programa está por el contrato médico, será el profesional en Medicina Especialista en Salud Ocupacional, quien realice la integración médica, de acuerdo con la base de datos que diligencian (entrenador físico y Nutricionista)

Diagnósticos de condición física:

Las características y parámetros establecidos para definir los diagnósticos de des acondicionamiento físico son:

a. Des-acondicionamiento Muscular: Se tendrá en cuenta como mínimo una de estas condiciones:
   - Test de Wells menor de -10 cm.
   - No más de 15 repeticiones en el Test de fuerza muscular en 60 segundos de flexión de brazos y no más de 18 repeticiones en 60 segundos en los abdominales altos.
   - Dolor o disconfort muscular durante las pruebas

b. Des acondicionamiento Neuromuscular: Se tendrá en cuenta como mínimo una de estas condiciones:
   - Prueba de Romberg positiva.
   - Prueba de Propiocepción modificada menor de 3

c. Des acondicionamiento Físico: Se tendrá en cuenta como mínimo una de estas condiciones:
   - Consumo Máximo de Oxigeno menor de 28 ml de O/K/min.
   - Síntomas y signos como Taquiarritmia, Mareo, Nauseas, Vomito, fatiga central, fatiga periférica o deserción durante alguna prueba del tamizaje de cualidades físicas.

1.2 <u>Soporte técnico especializado para la actividad deportiva. En los horarios establecidos por la entidad.</u>

Intervención: plan de trabajo y entrenamiento físico

La intervención está compuesta por 2 fases:

- RUTINA INDIVIDUAL: el diseño, socialización y seguimiento.
- ENTRENAMIENTO GRUPAL: plan de trabajo con presencia del entrenador.

A. Diseño de rutina individual de ejercicio

Una vez se tengan las valoraciones de condición física, el entrenador deberá diseñar a cada servidor la rutina de ejercicios personalizada; el cual, debe servir como guía al bombero para realizar de manera autónoma. Cabe resaltar que la rutina debe entregarse en físico a cada bombero y debe contener los siguientes aspectos:

Según el Colegio Americano de Medicina Deportiva, los componentes que debe incluir una prescripción de ejercicio son:

1) la intensidad del ejercicio
2) el tipo (modo o modalidad) del ejercicio a ser incorporado en el programa
3) la duración de las sesiones de ejercicio
4) la frecuencia o veces por semana en que se llevará a cabo cada sesión de ejercicio
5) el volumen del ejercicio
6) la progresión del programa de ejercicio

La planificación del ejercicio se estructura de tal forma que se pueda desarrollar los componentes de la aptitud física relacionados con la salud, a saber: tolerancia cardiorrespiratoria, composición corporal, flexibilidad, fortaleza y tolerancia muscular. Pero también las relacionadas con las destrezas: agilidad, balance coordinación, rapidez, potencia (muscular, capacidad anaeróbica).
Nota: En los aeropuertos donde el programa de acondicionamiento se llevaba a cabo con el proveedor ARL-UMAF: el diseño de las rutinas, el diagnóstico y los informes están a cargo del equipo central en Bogotá.

B. Entrenamiento grupal

Componentes:
Teniendo en cuenta las metas propuestas y un desempeño físico adecuado en el bombero, se definen los siguientes componentes de acondicionamiento físico:

- La Coordinación: Los trabajos que estimulan esta cualidad deben estar presentes durante todo el tiempo de aplicación del acondicionamiento físico y es la base para otras cualidades físicas como la velocidad y la resistencia especial
- La velocidad: Solo se inician trabajos específicos de la velocidad, una vez se haya obtenido estímulos particulares con la coordinación.
- La flexibilidad: Su importancia obliga a estimular su progresión durante todo el programa.
- La fuerza: Es uno de los pilares del plan de trabajo, se deben realizar ejercicios para estimular la fuerza durante todo el tiempo de aplicación del acondicionamiento físico
- La resistencia: Los estímulos de esta cualidad deben estar presentes en todo el programa, aunque una de sus variantes requiera cierto grado de coordinación.

COMPONENTES	**ÉNFASIS**
COORDINACIÓN	Viso manual, visopédica, general, ubicación espacial, independencia segmentaria, lateralidad, equilibrio y agilidad.
VELOCIDAD	Velocidad de reacción y desplazamiento
FLEXIBILIDAD	A nivel general
FUERZA	Tren superior: Hombro, brazo, antebrazo y mano. Tren medio: Abdominales, dorsales, lumbares. Tren inferior: Glúteos, cadera, muslo, pierna.
RESISTENCIA	General y especial

C. Principios del entrenamiento según el "Plan de trabajo"

- Principio de Multilateralidad

Se basa en trabajar todas las capacidades físicas y todos los grupos musculares para buscar el desarrollo armónico de las mismas y mejorar sus condiciones físicas a nivel general.

- Principio de la Carga

Cada componente de las diferentes cualidades físicas debe ser distribuido técnicamente para tener un control de las cargas y poder realizar la progresión más adecuada. Todas las cualidades físicas serán trabajadas indistintamente según los ejercicios para cumplir los objetivos.

- Principio de la relación entre carga y recuperación

Para el aumento del rendimiento y la adaptación del organismo a los estímulos que se les brinda, se debe tener en cuenta que la carga de entrenamiento sea la más adecuada para la edad, el género, los años de entrenamiento y capacidad de rendimiento, es importante para esto el aumento del volumen, intensidad, y complejidad de los ejercicios, se estima que la curva de entrenamiento maneje niveles de recuperación adecuados para conseguir las adaptaciones.

- Principio de progresión de la carga

La cuantificación de la carga va proporcionada a la relación entre la fase de recuperación y la adaptación. La progresión debe tener en cuenta condiciones como la técnica y el desempeño, es un proceso basado en un macrociclo definido por unas metas y debe ir relacionado con la intensidad, la frecuencia, el volumen y estímulos específicos con relación al tipo de ejercicio.

D. La sesión

Cada sesión de entrenamiento debe ser elaborada por el profesional o tecnólogo responsable del acondicionamiento físico, donde se debe describir los siguientes criterios mínimos:

- Fecha - N° de la sesión
- % de la carga
- Área de trabajo
- Grupos Musculares para trabajar
- Objetivo de la sesión
- Aspectos teóricos para tratar en la sesión
- Materiales que utilizar
- Fase inicial: forma o actividad con la cual se llevará a cabo el calentamiento.
- Fase central: Descripción y grafico del ejercicio de fortalecimiento o estiramiento a realizar, N° de ejercicios planteados según segmento corporal a trabajar, N° repeticiones para trabajo isotónico o tiempo de contracción para trabajo isométrico y N° de series.
- Fase Final: Descripción ejercicios a realizar en la fase de enfriamiento o vuelta a la calma.
- Responsable de elaboración y ejecución

E. Componentes de la sesión de ejercicio

- Aspectos teóricos: Dar a conocer o hacer recordación de los beneficios del ejercicio, los grupos musculares a trabajar, la progresión de los ejercicios, o los demás que considere necesarios.
- Fase Inicial Calentamiento: Tiempo dentro del cual se deben mezclar y coordinar todos los segmentos corporales, y también se puede realizar repeticiones siendo específicos en la zona en la que se va a trabajar, los cuales conviene adaptarlos según necesidades o personas a las que va dirigido. Se recomienda iniciar por los segmentos corporales de abajo hacia arriba, y no trabajar la sesión con músculos fríos que se hagan susceptibles de sufrir lesiones.
- Fase Central: Fuerza - Flexibilidad:
  Es el espacio para realizar los ejercicios de fortalecimiento muscular (fuerza) y flexibilidad en los diferentes segmentos corporales según lo establecido en el macrociclo de entrenamiento: miembros superiores (hombro, brazo, antebrazo, tronco), miembros inferiores (cadera, muslo y piernas).
- Fase final: Estiramiento

F. Frecuencia del ejercicio

Dos a tres veces por semana, menos de dos veces no producen efectos. Si el ejercicio (o cualquier otro estímulo) persiste en frecuencia y duración a lo largo del tiempo, se van a producir adaptaciones en los sistemas del organismo que facilitarán la agilidad corporal y las respuestas fisiológicas cuando se realiza la actividad física nuevamente

G. Intensidad del ejercicio

Cada semana debe ser prevista para trabajar incrementando la resistencia realizada en la semana anterior (ejercicios iguales o variados, pero para los mismos músculos vistos con incremento de la resistencia, con autocargas o pesas), estimulando al mismo tiempo las demás capacidades: resistencia, velocidad, coordinación, flexibilidad.

Se debe realizar en el transcurso de la semana, rutinas que involucren todos los movimientos articulares de los segmentos corporales trabajados, con flexión, extensión, abducción y aducción, como:

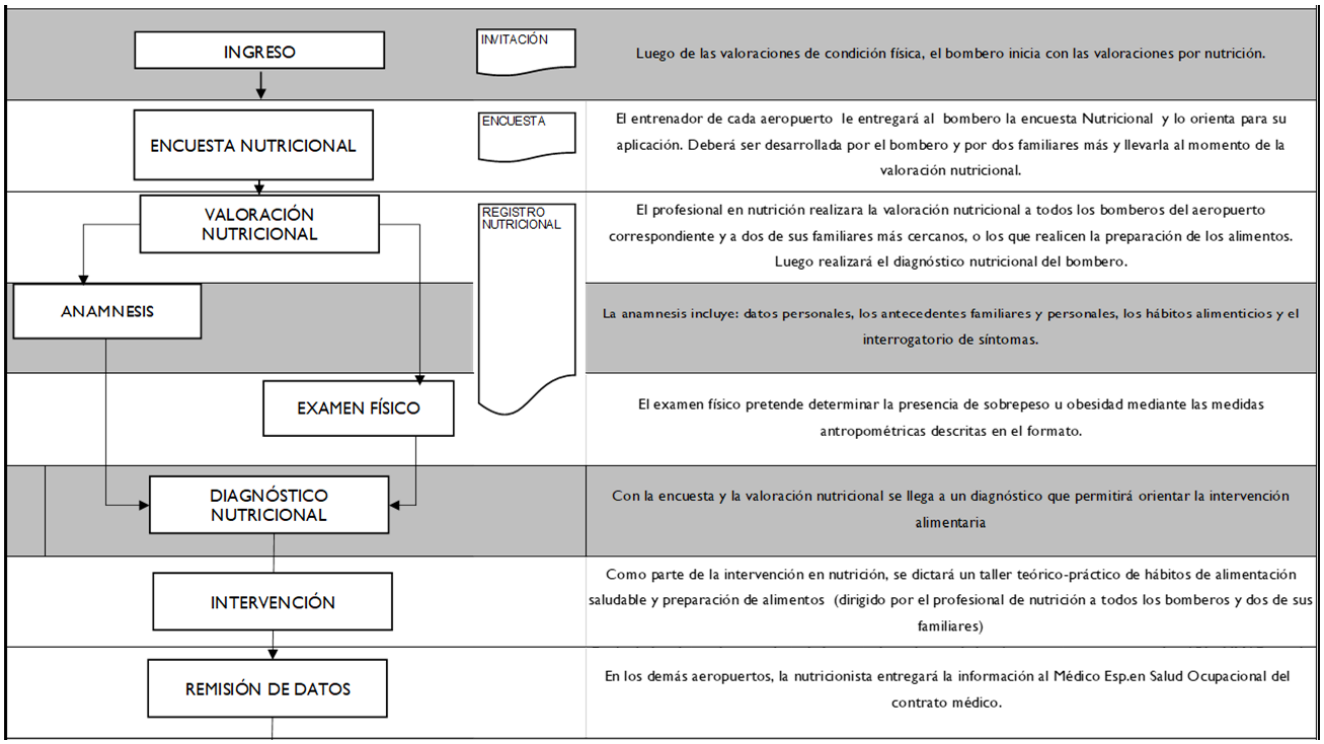
- Laterales (oblicuos, caderas, muslo interno y externo).

- Posteriores (Tríceps, glúteos, espinales, isquiotibiales).
- Anteriores (bíceps, pectorales, abdominales, cuádriceps).

Se debe descansar dependiendo del nivel de carga y volumen de ejercicios, este principio debe ser guiado por el entrenador.

ITEM 2. NUTRICIÓN SALUDABLE

2.1 Valoración Nutricional por Nutricionista



Teniendo en cuenta que las valoraciones nutricionales serán realizadas por nutricionista, ese profesional está en capacidad de generar diagnóstico especializados en su área. CIE 10 Capítulo IV - Enfermedades Endocrinas, Nutricionales y Metabólicas - Aparte Enfermedades Nutricionales

- Obesidad E66
- Sobrepeso E66.3
- Otras Deficiencias Nutricionales E50 –E64

El funcionario se presentará a la valoración nutricional para diligenciar la Encuesta Nutricional (Modelo de la Entidad).

El profesional en nutrición deberá realizar la valoración nutricional siguiendo el orden del registro (Modelo de la Entidad).

Interpretación de datos: El profesional de acuerdo con lo encontrado durante la valoración, incluirá los diagnósticos descritos en la metodología. Así mismo, deberá emitir las recomendaciones pertinentes; estableciendo las metas a corto, mediano y largo plazo.

Remisión del servidor: En caso de que el profesional en nutrición identifique durante la valoración que el servidor publico debe ser remitido para continuar con seguimiento por la Entidad Promotora de Salud (EPS), deberá marcar con una equis(x)(Según modelo de la Entidad) la casilla correspondiente. Así mismo, deberá marcar si considera que el servidor necesita atención por los programas de vigilancia epidemiológica de la entidad (músculo esquelético y psicosocial), o a los programas de promoción y prevención

2.2. Educación en alimentación saludable, taller por dos Horas con insumos para una máximo de 30 personas por centro de trabajo

Metodología

La metodología es la de Talleres dirigidos por el profesional de nutrición quien realizó las valoraciones.

Los talleres son diseñados bajo la metodología de charlas o conversatorios con un componente práctico de preparación de alimentos por cada uno de los participantes. Estos se desarrollarán con base al tema de relevancia que hayan surgido de las valoraciones iniciales. Las alternativas didácticas de los talleres serán:

- ✓ Juego (arma tu menú de una semana con la familia) Se diseña con papeles impresos de la comida, y ellos completan el menú.
- ✓ Poner en práctica un menú.
- ✓ Degustación.

Nota: Los alimentos deben ser llevados por el profesional en nutrición y la logística del taller coordinada por el líder regional de seguridad y salud en el trabajo.

Los talleres se llevarán a cabo en cada uno de los aeropuertos con un máximo de 30 participantes , con una duración de dos horas.

Componentes de los Planes de Alimentación:

El Programa de Acondicionamiento Físico y Alimentación Saludable en su Fase de Intervención incluye talleres de alimentación saludable que tendrán como temas principales:

1. Macro y Micronutrientes y sus respectivas fuentes alimenticias
2. Mitos y creencias alimentarias
3. Efectos de una alimentación hipercalórica, rica en carbohidratos refinados, grasas trans y sodio. Índice glicémico.
4. Prevención de enfermedades crónicas mediante la alimentación
5. Beneficios de la alimentación balanceada
6. Reconocimiento de las ventajas y desventajas de las diferentes formas de preparación de alimentos
7. Tamaño de las porciones
8. Lectura del etiquetado nutricional
9. Priorización de los diferentes tipos de alimentos
10. Modificación de la cocina regional
11. Diseño de alternativas alimentarias
12. Autoevaluación y auto monitoreo alimentario
13. Consecución de alimentos en cada región
14. Del gusto a la mesa

Desarrollo:

El profesional en nutrición encargado de dictar el taller tendrá en cuenta los resultados individuales de la valoración nutricional y de la valoración de la condición física y dirigirá su orientación teniendo en cuenta los diagnósticos individuales, las preferencias gastronómicas de la región y de las familias, la presencia de comorbilidades, el estado de salud y los recursos económicos.

El taller será dirigido a diseñar un plan alimenticio con restricción calórica aproximada de hasta 500 calorías por día y el control de las comorbilidades. La principal meta es conseguir reducir el 10% del peso basal entre los 6 a 12 meses siguientes y controlar las comorbilidades.

Se deberá reforzar la idea de la actividad física, asistiendo a las sesiones de acondicionamiento físico en cada uno de sus aeropuertos sin modificar el plan diseñado y prescrito por la integración médica del equipo de trabajo central. En caso de observar algún tipo de incoherencia o riesgo en el mismo deberá advertir al equipo de trabajo central.

ITEM 3. GIMNASIA LABORAL EN EL PUESTO DE TRABAJO

3.1Sesiones de gimnasia en el puesto de trabajo

El ejercicio en el trabajo quiere evitar o disminuir problemas como el estrés, sedentarismo, posturas viciosas y la falta en general de actividad con un programa que abarca actividad física para una mejor salud laboral y por consiguiente calidad de vida.

Los objetivos del ejercicio en el trabajo son:

- Preparar el cuerpo para la realización del trabajo
- Estimular la circulación general.
- Lubricar las articulaciones que van a ser utilizadas en el trabajo.
- Permitir relajación muscular.
- Mejorar la tonificación y fuerza muscular.
- Mejorar el control postural.
- Prevenir la aparición de dolor, fatiga, cansancio o molestias de tipo músculo esquelético.
- Disminuir el estrés
- Crear la cultura y sensibilización de la importancia de las pausas activas.
- Mejorar la calidad de vida de los empleados
- Buscar mayor rendimiento y productividad
- Incrementar la autoestima de las personas
- Mejorar el estilo de vida de la población empresarial
- Disminuir el ausentismo laboral
- Disminuir factores de riesgo y posibilidades de lesiones.
- Adquirir Técnicas de Autocuidado y de Relajación.

La información concerniente a los participantes de las actividades deberá ser llevado en los formatos de la Entidad y reportado al PVE de desórdenes musculo esqueléticos.

Las sesiones se deben realizar en el puesto de trabajo en horario de 8:00 am a 5:00 pm según programación previa remitida al Coordinador del SGSST de la Regional.

3.2 Taller Didáctico promoción y prevención pausas activas

Durante la vigencia del proceso se deberá realizar cuando menos una actividad grupal de pausas activas en cada área de cada uno en cada uno de los centros de trabajo, dentro del mismo se deberá entregar material de promoción y prevención de dicha actividad.

4. CONTENIDO DEL PROCESO

PRESTAR SERVICIOS DE ACONDICIONAMIENTO FISICO DEPORTIVO Y GIMNASIA EN EL TRABAJO, PARA LOS SERVIDORES PUBLICOS DE LA REGIONAL CUNDINAMARCA								
1	**Acondicionamiento Físico con énfasis en los bomberos aeronáuticos**							
1,1	Evaluación de condiciones físicas de Funcionarios	**8** Horas	**16** Horas	**16** Horas	**8** Horas			***48***
1,2	Soporte técnico especializado para la actividad deportiva. En los horarios establecidos por la	**96** 16 Horas Mensuales	**96** 16 Horas Mensuales	**96** 16 Horas Mensuales	**96** 16 Horas Mensuales			***384***
2	**Nutrición Saludable**							
2,1	Valoracion Nutrcional Por Nutricionista	**8** 1 sesion por 8horas	**16** 2 sesiones por 8 horas	**16** 2 sesiones por 8 horas	**8** 1 sesion por 8 horas		***48*** 6 sesiones por 8 horas	***96***
2,2	Educacion en alimentacion saludable, taller por dos Horas con insumos para una	1 Taller	1 Taller	1 Taller	1 Taller		1 Taller	3 Taller	***8***
3	**Gimnasia laboral en el Puesto de Trabajo**							
3,1	Sesiones de gimnasia en el puesto de trabajo	**4** 1 sesion por cuatro horas	**8** 1 sesion por cuatro horas	**8** 2 sesiones por cuatro horas	**4** 1 sesiones por cuatro horas		***192*** 48 horas X 4 meses		***216***

5. INFORME GENERAL

El informe general se presenta al final del año.

Contenido:

- ✓ Descripción sociodemográfica de la población general de servidores con cargo de bomberos del aeropuerto.
- ✓ Clasificación del riesgo (alto, moderado, bajo).
- ✓ Indicadores de cobertura.
- ✓ Adherencia al programa: asistencia.
- ✓ Información sobre servidores con recomendaciones/restricciones medico deportivas.
- ✓ Servidores con remisiones a EPS, programas de pyp, programas de vigilancia epidemiológica.
- ✓ Conclusiones.
- ✓ Recomendaciones (Aspecto fundamental del informe)

6. EXPERIENCIA

El proponente deberá acreditar máximo en 2 certificaciones y/o copias de contratos suscritos, ejecutados y terminados en los 3 años anteriores al cierre, cuyo objeto haya consistido en actividades relacionadas con la PRESTACION SERVICIOS DE ACONDICIONAMIENTO FISICO DEPORTIVO Y GIMNASIA EN EL TRABAJO

La sumatoria de la totalidad de los valores de las certificaciones y/o contratos aportados, el estimado para el presente contrato.

7. FORMA DE ACREDITAR LA EXPERIENCIA

Los contratos que se presenten para acreditar la experiencia específica deberán ser ejecutados y terminados, para lo cual deberán las certificaciones reunir los siguientes requisitos:

Se deben presentar certificaciones expedidas por el contratante, o copia del contrato con la respectiva acta de liquidación, los cuales deben contener mínimo la siguiente información:

- Nombre del contratante
- Objeto del contrato
- Valor inicial del contrato
- Valor de las adiciones
- Valor total del contrato
- Valor y porcentaje ejecutado
- Fecha de suscripción del contrato
- Fecha de inicio del contrato
- Fecha de terminación del contrato

Si el contrato se ejecutó en consorcio o unión temporal, los documentos anteriores deberán identificar los integrantes y el porcentaje (%) de participación de cada uno de sus integrantes.

Cuando las certificaciones presentadas carezcan de alguno(s) de los requisitos de la información solicitada, se requerirá al proponente con el fin de que aclare la respectiva certificación.

8. REQUERIMIENTOS TECNICO-LOGISTICO

El oferente deberá tener la capacidad logística para la realización y seguimiento de las actividades establecidas en cada uno de los sitios ya sea de manera propia o contrada

El oferente deberá garantizar la entrega de toda la documentación requerida por la Entidad en un termino no superior a 10 días hábiles al finalizar la ejecución de la actividad o de la emisión del requerimiento, asi como un informe mensual detallado de todas las actividades y las bases de datos que den cuentan del mismo.

9. REQUERIMIENTOS EQUIPO HUMANO

Instructor Acondicionamiento Físico
El profesional que realice el ítem 1.
Profesional en educación física o fisioterapia

Fotocopia Acta de Grado o Título profesional
Hojas de vida
Certificados que acrediten dos (2) años de experiencia profesional específica de acuerdo a su especialidad.

Nutricionista
El profesional que realice el ítem 2.
Profesional en Nutrición

Fotocopia Acta de Grado o Título profesional
Fotocopia de la Tarjeta Profesional
Hojas de vida
Certificados que acrediten dos (2) años de experiencia profesional específica de acuerdo a su especialidad.

Fisioterapeuta
El profesional que realice el ítem 3.
Profesional en Fisioterapia

Fotocopia Acta de Grado o Título profesional
Fotocopia de la Tarjeta Profesional
Hojas de vida
Certificados que acrediten dos (2) años de experiencia profesional específica de acuerdo a su especialidad.

NOTA: Las certificaciones del proponente deben contener la siguiente información:

a. Nombre o razón social de la Entidad o Empresa que está certificando
b. Número del contrato, valor, objeto, plazo de ejecución
c. Tiempo de servicio (desde – hasta)
d. Cargo o funciones desempeñadas
e. Dirección, números telefónicos de la Empresa y con las firmas correspondientes
f. Firma del representante legal o de quien haga sus veces.

OFERENTE:
FIRMA: _____
CC: _____

Elaboro: William Andres Pinzon – Funcionario Grupo Administrativo y Financiero Regional de Cundinamarca
VoBo. Dr. Cesar Morales – Coordinador Grupo Administrativo y Financiero Regional de Cundinamarca.