PROCESO DE EMPODERAMIENTO COMUNITARIO
N°4145.020.14.84.089

Informe sobre factoresprotectores de la salud en la implementación de prácticas de vida saludable y prevención de patológicas oncológicas y prevención de patológicas oncológicas, desde la salud mental para familiares y pacientes a través de sus cuidados emocionales dentro del proceso de empoderamiento comunitario al grupo de adultos mayores CIUDAD 2000 de la comuna 16 – Barrio Ciudad 2000.

1. Datos generales
   Fecha: 14- abril del 2023
   Lugar: PRESENCIAL Kiosko ciudad 2000
   Dirección: Cl. 41A #67-21- comuna 16
   Horario: 07:00 am – 09:00 am

   Integrantes: Carmen Gutierrez-presidenta Grupo de adultos mayores Ciudad 2000- María Claudia Pereira Acosta- Contratista – Luz Mirley Solís Sinisterra – Contratista, ver listado de asistencia.

Objetivo: Realizar educación para la salud a grupo de adultos mayores CIUDAD 2000 en la implementación de prácticas de vida saludable y prevención de cáncer de colon dentro del proceso de empoderamiento comunitario y la salud mental para familiares y pacientes desde sus cuidados paliativos y emocionales.

2. Metodología aplicada: Se participó de manera presencial primera sección utilizando las siguientes intervenciones:

primer momento presentación y listado de asistencia

segundo momento educación sobre implementación de prácticas de vidas saludables cáncer de colon y Psico educación desde lo emocional y cuidos paliativos.

tercera actividad lúdica con referencia a la salud mental y las emociones

cuarta Retroalimentación y lluvia de ideas de la actividad ejecutada.

3. Desarrollo de la jornada:

   Inicia el proceso educativo y de capacitación haciendo énfasis en los siguientes temas:

- Implementaciones prácticas de vidas saludables, factores proectetores de la salud cardiovascular, alimentación saludable, no consumo de alcohol, actividad física, no consumo de cigarrillo, menos sal menos presión arterial, menor riesgo accidente cerebro vascular, menos carnes rojas prevenimos el cáncer de colon, importancia del consumo diario de frutas y verduras se recomienda 5 porciones al día entre frutas y verduras, definición de obesidad, se informa que hay que continuar con la actividad física como mínimo 3 veces a la semana 30 minutos, se informan las pruebas de tamizajes para cáncer de mama, cérvix, próstata y colon según las edades.

- Cáncer de colon: Cáncer de colon o de recto ubicado en el extremo inferior del tracto digestivo. Los casos tempranos pueden comenzar como pólipos no cancerosos. No suelen tener síntomas, pero pueden detectarse mediante chequeos. Por este motivo, los médicos los recomiendan para los grupos de alto riesgo y para los pacientes de más de 50 años.
  Los síntomas del cáncer color rectal dependen del tamaño y la ubicación del cáncer. Algunos de los síntomas más comunes son los cambios en los hábitos intestinales, los cambios en la consistencia de las heces, la presencia de sangre en las heces y la incomodidad abdominal.
  El tratamiento del cáncer color rectal depende del tamaño, la ubicación y la extensión del cáncer. Los tratamientos más comunes incluyen la cirugía para extraer el cáncer, la quimioterapia y la radioterapia.
  El cáncer de colon puede estar asociado con una dieta rica en grasas, baja en fibra y un consumo alto de carnes rojas. Algunos estudios han encontrado que el riesgo no se reduce si usted pasa a una dieta rica en fibra, así que este vínculo aún no está claro.
  Los signos y síntomas del cáncer de colon incluyen los siguientes: Un cambio persistente en tus hábitos intestinales, incluidos diarrea o estreñimiento, o un cambio en la consistencia de tus heces. Sangrado rectal o sangre en las heces. Molestia abdominal persistente, como calambres, gases o dolor.

¿Qué personas son más propensas a tener cáncer de colon?

Los factores relacionados con el estilo de vida que pueden contribuir a que aumente el riesgo de cáncer color rectal pueden ser:

- Falta de actividad física habitual.
- Alimentación pobre en frutas y verduras.
- Alimentación pobre en fibra y rica en grasas, o rica en carnes procesadas.
- Sobrepeso y obesidad.
- Consumo de alcohol.

- Se resalta la importancia de las estrategias 4x4 enfocada en la prevención del cáncer, hábitos alimenticios adecuados, ejercicio regular, evitar

consumo de tabaco y alcohol. Seguidamente se da paso a la socialización e intervención desde la parte psicosocial, donde se logró hacer intercesión con una frase de ahondar en la concientización, del porqué de las emociones y como a partir de la NO socialización o manifestación de los mismos el cuerpo empieza a exteriorizar esas acumulaciones emocionales que enferman al cuerpo, es decir nuestro cuerpo se convierte en ese espejo que hace que todas las personas permitas escucharse así mismo, hacer una pausa e identificar como priorizamos nuestra salud en relación para con los demás.

- Se realiza intervención psicosocial, se hace retroalimentación de las intervenciones generadas el año pasado para que los adultos mayores lograran centrarse en la psi coeducación que se realizaría frente a la parte de la salud mental y emocional a partir de las enfermedades, la pandemia y otros eventos asociados a las situaciones que generan desequilibrio emocional y físico.

- Se empieza asociando las emociones desde como yo las identifico, que es para mí una emoción y como yo manifiesto mis emociones en relacion a los demás, a partir de esta orientación se les brinda un espacio de lluvia de ideas a los asistentes con la finalidad de saber que tato sabemos y a través de sus experiencias de vida poder abarcar la profundización del mismo, cuando ellos logran identificar sus propias emociones se hacen la elaboración de ejemplos y pautas de cómo se pueden enfrentar un diagnostico o una situación alterna que conlleva a dificultades de desequilibrio mental y emocional.

- Seguidamente se elabora una actividad lúdica que va relacionada con frases que se manejan desde los tiempos de nuestros padres y abuelos, permitiéndoles a los asistentes compartir ideas y vivenciar situaciones agradables que hacen ver desde diferentes puntos el significado que tiene la frase y como estas se aplica en el diario vivir, como los seres humanos partimos y actuamos de los “supuestos” y como estos muchas veces generan inconformidad, malestar, angustia o rabia frente a lo que los demás están socializando.
  Se pudo visualizar dentro de la actividad el agrado, el compromiso, la comunicación y participación dentro del mismo logrando un espacio de escucha de alegría y sobre todo de ejecutar ejercicios para su salud mental.

- Preguntas: se brinda espacio para preguntas donde se aclaran dudas se motiva a la comunidad en la continuidad de replicar la información en todo el entorno comunitario.

- Finalmente se hace un cierre con la retroalimentación y evaluación que se les comparte a los adultos mayores para identificar el impacto generado, o el mejoramiento ante la actividad ejecutada; se queda con la invitación para un próximo encuentro según las fechas a definir o intervenciones a realizar.

- Se solicita a la coordinadora del grupo el diligenciamiento de encuesta de satisfacción para medir la satisfacción de la capacitación brindada ya que por las condiciones de los adultos mayores no lo diligencian.

4. Compromisos:

   - Se solicita el diligenciamiento de asistencia presencial se anexa al informe
   - Elaboración y envió de informe.
   - Apoyo en actividades relacionadas con la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, a solicitud y disposición del contratista.

Atentamente,

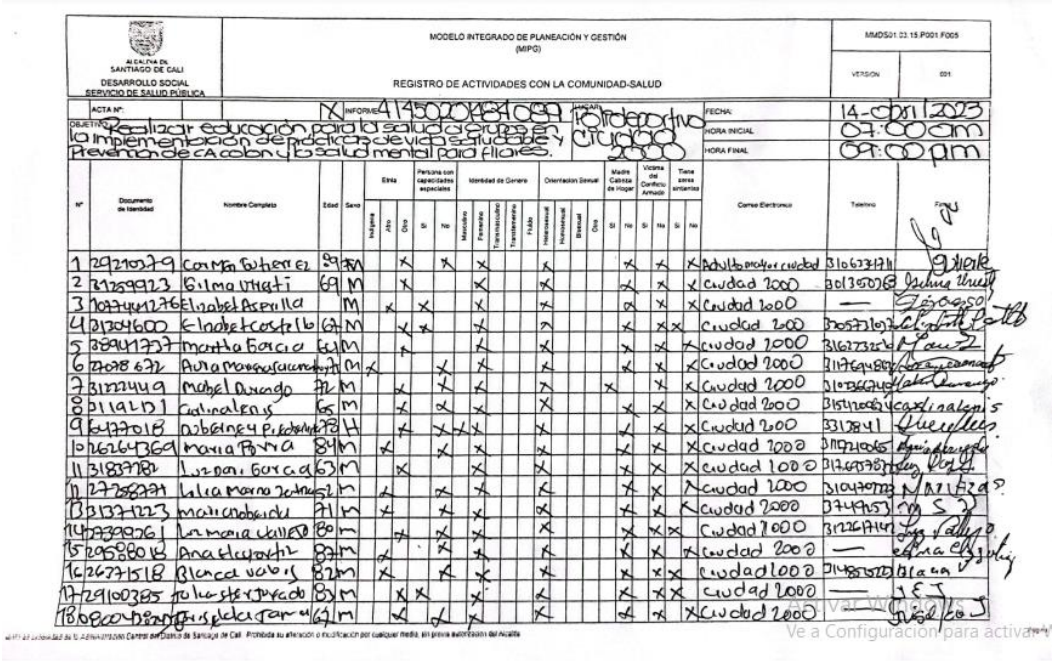
MARIA CLAUDIA PEREIRA ACOSTA
Sub grupo Adultez y Vejez.
Secretaria de Salud Pública Cali

LUZ MIRLEY SOLIS SINISTERRA
Subgrupo Adultez y Vejez
Secretaria de Salud Pública Cali.

PROCESO DE EMPODERAMIENTO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.089

LISTADO DE ASISTENCIA COMPUESTO POR TRES (3) FOLIOS Y REGISTRO FOTOGRAFICO.



ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMDS01.03.15.P001.F005 — VERSION 001

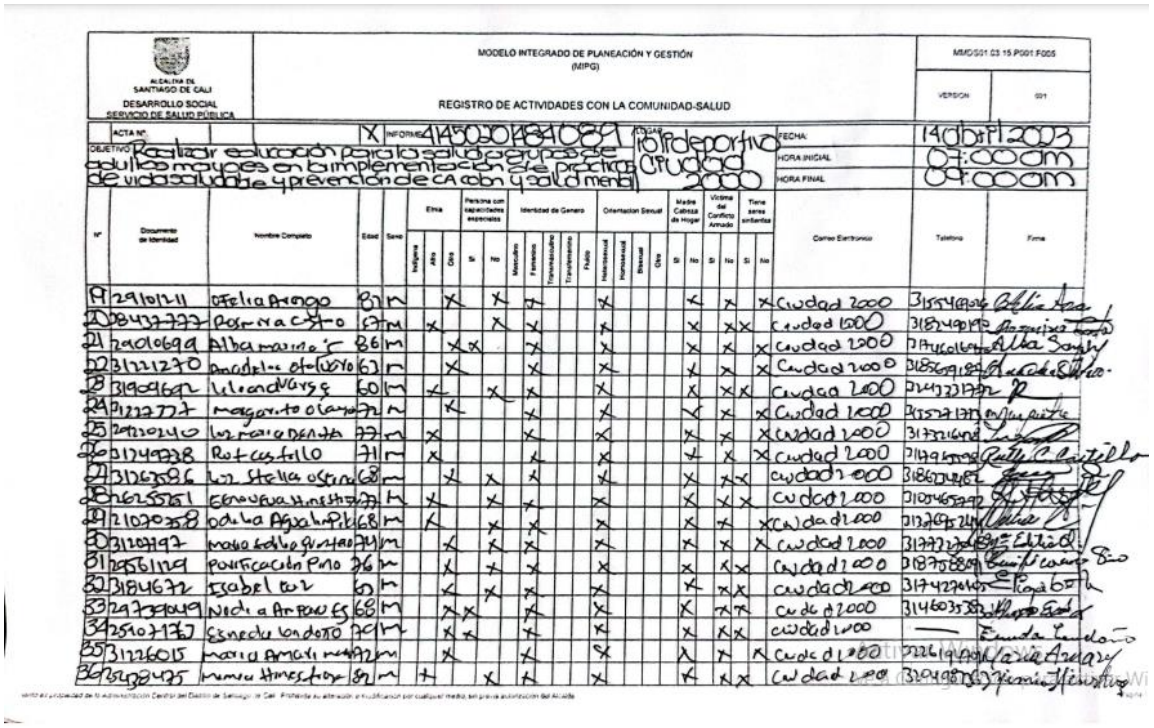
ACTA Nº: — X — INFORME 4145020148410089 — ESCENARIO polideportivo Ciudad 2000

FECHA: 14-abril-2023
HORA INICIAL: 07:00 am
HORA FINAL: 09:00 pm

OBJETIVO: Realizar educación para la salud a grupos de adultos mayores en implementación de prácticas de vida saludables y Prevención de CA colon y salud mental para filiares.

Nº	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia: Indígena	Etnia: Afro	Etnia: Otro	Persona con capacidades especiales: Si	Persona con capacidades especiales: No	Identidad de Genero: Masculino	Identidad de Genero: Femenino	Identidad de Genero: Transmasculino	Identidad de Genero: Transfemenino	Identidad de Genero: Fluido	Orientación Sexual: Homosexual	Orientación Sexual: Heterosexual	Orientación Sexual: Bisexual	Orientación Sexual: Otra	Madre Cabeza de Hogar: Si	Madre Cabeza de Hogar: No	Victima del Conflicto Armado: Si	Victima del Conflicto Armado: No	Tiene seres sintientes: Si	Tiene seres sintientes: No	Correo Electronico	Telefono	Firma
1	29210279	Consuelo Herrera	89	M			X		X		X				X					X		X		X	Adulto mayor ciudad	3106737211	
2	31259923	Gilma Urbeti	69	M			X				X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3013500768	
3	1037441276	Elizabet Arevilla		M		X		X			X				X					X		X		X	Ciudad 2000	—	
4	31304600	Elizabet castello	67	M			X	X			X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3105731027	
5	38941727	Martha Garcia	66	M			X				X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3162733216	
6	29098672	Aura Marina Saavedra	71	M	X				X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3117694889	
7	31272449	Mabel Aranda	72	M			X		X		X							X		X		X		X	Ciudad 2000	3103662496	
8	31191271	Gilma Leal	65	M			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3154206624	
9	66477018	Nubelina Piedrahita	78	M			X		X	X	X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3313841	
10	26264369	Maria Parra	84	M	X				X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3117421065	
11	31837781	Luzdori Garcia	63	M			X				X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3176938	
12	27258771	Lilia Maria Zuluaga	72	M		X			X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3104708	
13	31371223	Maria Isabel	71	M		X			X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3174753	
14	29398761	Luz Maria Castillo	80	M		X			X		X				X					X	X		X		Ciudad 2000	3172674147	
15	29580818	Ana Elizabeth	87	M	X				X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	—	
16	26775158	Blanca Nubia	82	M		X			X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3148550	
17	29100385	Julia Estupiñan	83	M			X	X			X				X					X		X	X		Ciudad 2000	—	
18	29800	Dora Inés Plaza	69	M			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000		

Activar Windows
Ve a Configuración para activar



ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMDS01.03.15.P001.F005 — VERSION 001

ACTA Nº: — X — INFORME 4145020148410089 — ESCENARIO polideportivo Ciudad 2000

FECHA: 14 de abril 2023
HORA INICIAL: 07:00 am
HORA FINAL: 09:00 am

OBJETIVO: Realizar educación para la salud a grupos de adultos mayores en implementación de practicas de vida saludable y prevención de CA colon y salud mental

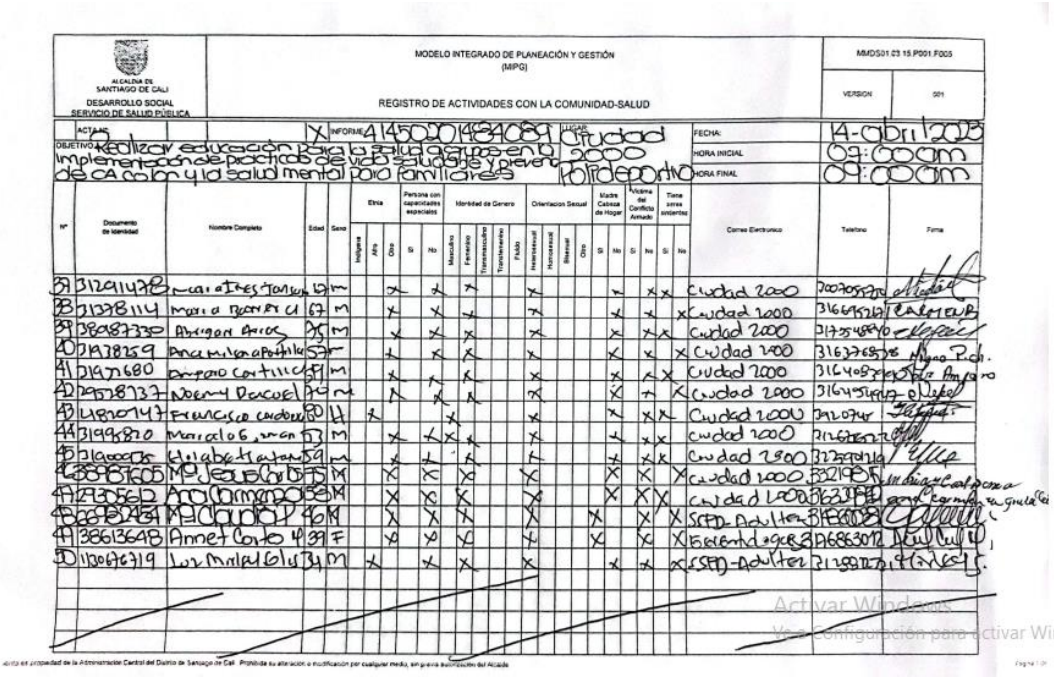
Nº	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia: Indígena	Etnia: Afro	Etnia: Otro	Persona con capacidades especiales: Si	Persona con capacidades especiales: No	Identidad de Genero: Masculino	Identidad de Genero: Femenino	Identidad de Genero: Transmasculino	Identidad de Genero: Transfemenino	Identidad de Genero: Fluido	Orientación Sexual: Homosexual	Orientación Sexual: Heterosexual	Orientación Sexual: Bisexual	Orientación Sexual: Otra	Madre Cabeza de Hogar: Si	Madre Cabeza de Hogar: No	Victima del Conflicto Armado: Si	Victima del Conflicto Armado: No	Tiene seres sintientes: Si	Tiene seres sintientes: No	Correo Electronico	Telefono	Firma
19	29101211	Ofelia Arango	87	M			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3155	
20	29437777	Dora Nacasto	67	M		X			X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3182	
21	29010699	Alba marina	86	M			X	X			X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3	
22	31221270	Anabel [illegible]	67	M			X				X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3185	
23	31901671	Lilia Cardenas	60	M		X			X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3	
24	31222777	Margarita Olaya	72	M			X				X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3155	
25	29210240	Luz Maria Orejuela	77	M	X				X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3172	
26	31249738	Rut castillo	71	M	X				X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3	
27	31263586	Luz Stella Ospina	68	M		X		X			X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3186	
28	66255761	Genoveva Hinestroza	71	M	X				X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3107	
29	31070358	Odilia Agudelo Pinilla	68	M	X				X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3137	
30	31209497	Maria Estela Giraldo	74	M			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3177	
31	29561159	Purificacion Pino	76	M			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3187	
32	31846722	Isabel Cruz	69	M			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3174	
33	29737049	Nidia Arboleda	68	M			X	X			X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3146	
34	29507767	Esneda Londoño	70	M			X	X			X				X					X		X	X		Ciudad 2000	—	
35	31276015	Maria Amaya	72	M			X				X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3226	
36	29422425	Nimia Hinestroza	81	M	X				X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3104	

Activar Windows
Ve a Configuración para activar

ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

PROCESO DE EMPODERAMIENTO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.089



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMDS01.23.15.P001.F005 — VERSION 001

ACTA Nº — INFORME 4145020148340891 — Ciudad 2000 — FECHA: 14-abril-2023

OBJETIVO: Realizar educación para la salud dirigida en la implementación de practicas de vida saludable y prevención de CA cervix y la salud mental pos familiares — Polideportivo — HORA INICIAL 09:00am — HORA FINAL 09:00am

Nº	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia: Indígena	Etnia: Afro	Etnia: Otro	Persona con capacidades especiales: Si	Persona con capacidades especiales: No	Identidad de Genero: Masculino	Identidad de Genero: Femenino	Identidad de Genero: Transmasculino	Identidad de Genero: Transfemenino	Identidad de Genero: Fluido	Orientacion Sexual: Heterosexual	Orientacion Sexual: Homosexual	Orientacion Sexual: Bisexual	Orientacion Sexual: Otro	Madre Cabeza de Hogar: Si	Madre Cabeza de Hogar: No	Victima del Conflicto Armado: Si	Victima del Conflicto Armado: No	Tiene sres sintientes: Si	Tiene sres sintientes: No	Correo Electronico	Telefono	Firma
39	31291478	[illegible]	67	m			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3007055726	
38	31238114	[illegible]	67	M			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3166953127	
39	38987330	[illegible]	75	M			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3175548970	
40	31978259	[illegible]	57	F			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3163768526	
41	31971680	[illegible]	59	M			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3164087	
42	29538737	[illegible]	79	M			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3164951	
43	14807147	[illegible]	80	M	X				X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3120744	
44	31998870	[illegible]	57	M			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3146	
45	31900	[illegible]	59	M			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3123	
46	38987605	[illegible]	75	M			X		X		X				X					X		X		X	Ciudad 2000	3221985	
47	29056	[illegible]	80	M			X		X		X				X					X		X	X		Ciudad 2000	3163	
48	38613648	[illegible]	46	M			X		X		X				X				X			X		X	SSFD-Adultos	3164	
49	38613648	Annet Conto	39	F			X		X		X				X				X			X		X	Externado	3168	
50	1306746719	[illegible]	34	M	X				X		X				X					X		X		X	SSFD-Adultos	3115	

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Wi

Este es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.





ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

PROCESO DE EMPODERAMIENTO COMUNITARIO
N°4145.020.14.84.089







