Gobernación de Córdoba
Ahora le toca al pueblo
Secretaría de Desarrollo de la Salud

E S E Hospital Local de Montelíbano
Mejoramos para Servir!

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO

HOSPITAL LOCAL DE MONTELIBANO

Plan de Salud Pública e Intervenciones Colectivas Departamental

2023 celebrado entre la gobernación de Córdoba y la ESE Hospital Local de Montelíbano, contrato interadministrativo N° SS-320-2023

DIMENSIÓN
NO TRANSMISIBLE

INFORME DE ACTIVIDADES EJECUTADAS

Municipio de San José de Ure

19 de octubre del 2023 hasta 17 de noviembre del 2023

REPUBLICA DE COLOMBIA

DEPARTAMENTO DE CORDOBA

MUNICIPIO DE SAN JOSE DE URÈ

2023

INTRODUCCIÓN

En el siguiente informe se mostrará, de manera clara la intervención del profesional del deporte y la actividad física, dirigida a personas de diferentes cursos de vida. Además, se evidenciarán las múltiples sesiones en las cuales el mismo abordo a través, de actividades lúdico-recreativas a la población de micro territorios urbano y rural del municipio de San José de ure.

A su vez, por medio de evidencias fotográficas se ilustrarán los objetivos trazados, en los que se podrá observar el cumplimiento de las múltiples funciones que se llevaron a cabo, entre estas; las concertaciones con secretarios de educación y salud, directivos de instituciones educativas y así mismos líderes comunitarios.

JUSTIFICACIÓN

Debido al incremento en los diagnósticos registrados de enfermedades crónicas no trasmisibles en el departamento de córdoba, el plan de intervenciones colectivas PIC, crea diversos programas dirigidos a concientizar los riesgos de una vida sedentaria, los malos hábitos alimenticios y sus consecuencias en nuestra salud. Según la OMS "el termino, enfermedades no transmisibles se refiere a un grupo de enfermedades que no son causadas principalmente por una infección aguda, y dan como resultado consecuencias para la salud a largo plazo y con frecuencia crean una necesidad de tratamiento y cuidados a largo plazo".

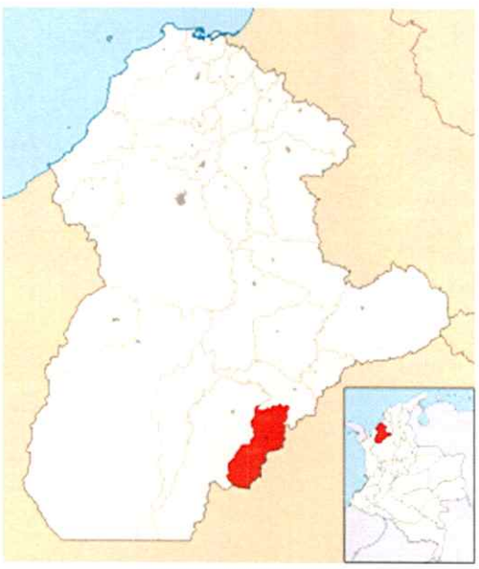
En concordancia, se ha evidenciado un aumento en los niveles de obesidad en diversos cursos de vidas por diferentes factores, entre estos los malos hábitos alimenticios, el impacto de la tecnología y su relación con el sedentarismo, esto ha conllevado a una falta de interés en las practicas del deporte y la actividad física lo cual, se ha visto reflejado en la salud de los individuos y la presencia de dichas enfermedades.

Entre las enfermedades más comunes se puede observar; el cáncer, principal mente por desórdenes alimenticios y la ingesta de comidas procesadas, la obesidad y problemas cardio-respiratorios, la diabetes entre muchas más. Muchas de estas enfermedades se pueden prevenir reduciendo malos hábitos y previniendo factores de riesgo como el consumo excesivo de alcohol, el uso del tabaco y la inactividad física.

CARACTERIZACIÓN DE LOS CONTEXTOS TERRITORIAL Y DEMOGRÁFICO

Localizado en el departamento de Córdoba, San José de Uré es un municipio cuya superficie, población, altitud y otra información importante se proporciona a continuación.

Para todos sus procedimientos administrativos, puede dirigirse a la alcaldía municipal de San José de Uré en la dirección y horarios indicados en esta página, o contactar al ayuntamiento por teléfono o por correo electrónico según su preferencia y datos disponibles.



OBJETIVOS DEL PROYECTO

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar un abordaje por medio de diferentes actividades lúdico-recreativas la importancia de la actividad física y el deporte para el mejoramiento de enfermedades crónicas y hábitos saludables.

OBJETIVO ESPECIFICOS

1. Explicar la importancia del deporte y la actividad física para la salud por medio de diferentes alternativas psicomotoras.

2. Identificar las diferentes enfermedades crónicas no trasmisibles más comunes por malos hábitos e inactividad física.

3. Distinguir algunos malos hábitos que acarrean enfermedades crónicas no transmisibles.

4. Ejecutar diferentes actividades física dirigidas a distintas poblaciones con el objetivo de brindar alternativas para crear hábitos saludables.

ACTIVIDAD 5.1

Promover y realizar una (01) jornada de actividad física de dos (02) horas de duración en entorno educativo del micro territorio rural, en la que se incluyan aeróbicos, danza, ula -ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se debe garantizar hidratación y suministro de refrigerio durante la actividad. Previo a la actividad se debe dar una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de hábitos saludables. La actividad está dirigida a un mínimo de veinte (20) estudiantes por jornada. Una de las jornadas estaré dirigida a un grupo de estudiantes de primera infancia y la otra jornada

dirigida a estudiantes de infancia. Se tendrá como apoyo educativo un cuadernillo para colorear para los estudiantes.

DESCRIPCION METODOLOGICA DE LA ACTIVIDAD 5.1

Se inició coordinando una pequeña reunión con los secretarios de salud y educación en la que se presentó el proyecto de abordaje y se procedió a firmar los respectivos documentos para la aprobación de este. Posterior a esto, nos dirigimos a las respectivas instituciones donde se realizaría la presentación e invitación del proyecto, programándose el orden y el cronograma de las actividades a realizar, esto con el objetivo de lograr una excelente organización para su eventual y correcta ejecución.

Por otra parte, se empleó diversos métodos o alternativas para mantener la comunicación tanto con coordinadores, como internamente con los compañeros para la correcta ejecución de las actividades trazadas entre estos destacan; el uso de la red de comunicación whatsapp, llamadas de voz y correos electrónicos. Además, se mantuvo un constante contacto con los respectivos directivos y personas a cargo del programa.

Seguidamente, se procedió a dar inicio con las respectivas actividades divididas por sesiones o encuentros en las que, se tenía una duración y un número específico de participantes. Unos de los componentes más importantes, fue la metodología a trabajar debido que, como se trabajó con diversos cursos de vida esta debía ser variada y dirigida a cada tipo de población. Así mismo, el contexto en que se desarrolló. De modo que, cada actividad debía contener temas que fueran de los intereses colectivos y diversificados. Para así, mantener la atención de los participantes enfatizando y priorizando la participación de todos.

En concordancia, se lograron los objetivos trazados ya que, al aplicar una metodología tan amplia, se evidencio un interés colectivo y una correcta participación. También, se pudo hacer uso de los implementos ofrecidos por el

pic además de los recursos e insumos que este proporciono para la ejecución del mismo logrando con esto, una motivación en las poblaciones intervenidas.

Finalmente, nos llevamos la satisfacción del deber cumplido puesto que, se logró crear conciencia en la población de la importancia de la actividad física y el deporte dirigida a mejorar la salud y la prevención de enfermedades. Proporcionando con esto, alternativas que van a permitir una ejecución constante de estas mismas.

CONTENIDO TEMATICO

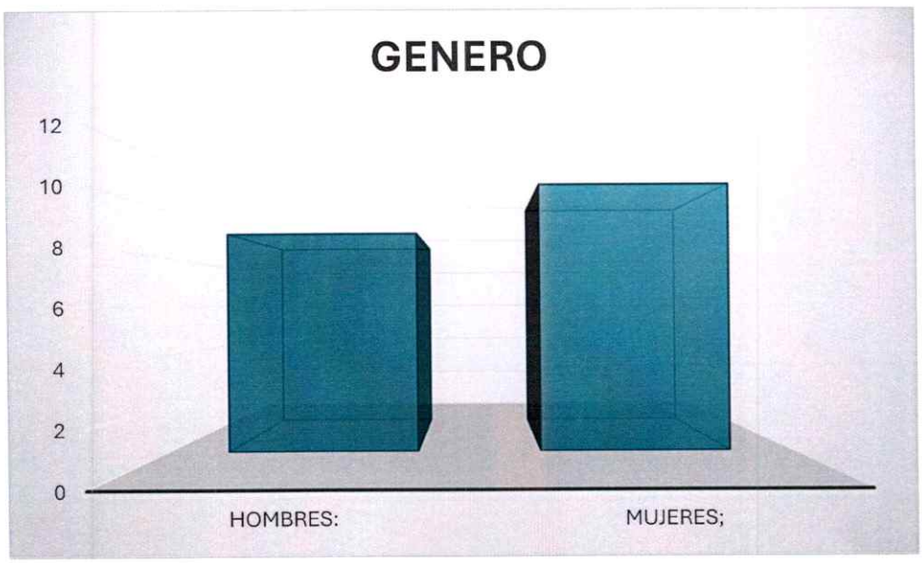
Entre las temáticas abordadas, podemos encontrar la actividad física, el deporte y su importancia para el mejoramiento de la salud y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles. Entendiendo que, "la actividad física puede ser contemplada como el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento sustancial del gasto energético de las personas" (Sánchez Bañuelos 1996). De este modo, (romero granados 2001) define el deporte "como cualquier actividad, organizada o no, que implique movimiento mediante el juego con objeto de superación o de victoria a título individual o de grupo". Tomando en cuenta esto, y lo que afirma los centros para el control y prevención de enfermedades de los estados unidos, que "hacer actividad física regularmente es una de las cosas más importantes que puedes hacer por tu salud" (UDC, 2022).

Por esta razón y muchas más, la actividad física es indispensable para la vida sin importar nuestra edad o estatus socioeconómico, y a raíz de esta necesidad, el pic propone proyectos de intervención como estos, programas que abordan problemáticas comunes presentes en la sociedad actual. Las enfermedades crónicas no transmisibles son una de estas problemáticas, la obesidad, las enfermedades cardiovasculares, el cáncer e incluso las enfermedades de tipo psicológicas son producto de malos hábitos que se han vuelto comunes en nuestra vida cotidiana. Existen factores de riesgos que también, cumplen su papel destructivo en la salud de los individuos, como el consumo excesivo del alcohol, el tabaquismo, la mala ingesta y desórdenes alimenticios e incluso el uso inadecuado de la tecnología, todos estos factores se han convertido en

problema que inconscientemente ha tomado auge entre las personas y que hemos pasado por alto. Sin embargo, programas como este´ buscan contrarrestar este tipo de problemáticas con actividades lúdico-deportivas como (actividades físicas musicalizadas, actividades físicas funcionales, sesiones de ejercicio físico y fortalecimiento deportivo entre muchas más), actividades que nos proporcionan herramientas y alternativas para ejecutar y realizar en nuestro diario vivir y así cumplir con el objetivo para el cual fue creado este proyecto. También, alcanzaremos con esto crear hábitos que contrarrestarán y prevendrán enfermedades y complementándolos con una alimentación balanceada lograr fortalecer y mejor nuestra salud.

CONSOLIDACIÓN DE INFORMACIÓN DE ASISTENTES A LAS ACTIVIDADES

Evento: actividad física		
Hombres:	Mujeres;	Municipio
9	11	San José de ure



ANALISIS

Dentro de la comunidad estudiantil se encuentra mayor presencia de mujeres, que participaron positivamente en la actividad.

AFRODESCENDIENTE	INDIGENA	ROM	DESPLAZADOS	DISCAPACITADOS
0	**0**	**0**	**0**	**0**

ANALISIS

Los asistentes no se identifican con ninguno de los ítems.

CURSO DE VIDA ACTIVIDAD

CURSO DE VIDA	N° DE ASISTENTES
PRIMERA INFANCIA (8 DÍAS DE NACIDO A 5 AÑOS)	0
INFANCIA (6 AÑOS A 11 AÑOS)	0
ADOLESCENCIA (12 AÑOS A 17 AÑOS)	20
JUVENTUD (18 A 28 AÑOS)	0
ADULTEZ (29 AÑOS A 59 AÑOS)	0
VEJEZ (60 AÑOS Y MAS)	0
TOTAL	20



ANALISIS

Aplicando lo establecido en la actividad, se puede evidenciar que los participantes si cumplen con el aforo objetivo del curso de vida adolescencia.

Gobernación de Córdoba
Ahora le toca al pueblo
Secretaría de Desarrollo de la Salud

E.S.E Hospital Local de Montelíbano
Mejoramos para Servir!

EVALUACIÓN DEL PROYECTO

Este proyecto se considera satisfactorio dado que se logró el desarrollo del 100% de las intervenciones planeadas hasta la fecha establecida, cumpliendo lo propuesto para lo comunidad objeto.

OBJETIVO DE LA SISTEMATIZACIÓN

Identificación de dificultades: ninguno

Logros: cumplimiento de la actividad y aforo establecido.

METODOLOGIA

FUENTES DE INFORMACIÓN

OPS/OMS

INSTRUMENTOS TÉCNICOS UTILIZADOS

Registro Fotografías.

Actas (concertación, actividad, reunión, certificación)

Registros de asistencia

RECOMENDACIONES

- Dar continuidad con los encuentros.

CONCLUSIÓN

Podemos concluir que, la actividad física cumple un papel fundamental en nuestro diario vivir ya que, nos fortalece en cada uno de nuestros cursos de vida, nos brinda herramientas para contrarrestar enfermedades e incluso nos permite unificarnos como familia y como comunidad a lo largo de, la ejecución del proyecto nos pudimos dar cuenta la falta que hace este tipo de intervenciones en estos municipios debido que, no es común la práctica deportiva en esta población. También, se pudo dar cuenta que el sedentarismo, los malos hábitos alimenticios y el uso inadecuado del tabaco y el alcohol han ido en aumento logrando con esto, el incremento de enfermedades, afecciones en la salud e incluso problemáticas de tipo social en la comunidad. También, factores como la desinformación, el poco interés y el uso inadecuado de la tecnología han sido algunos factores de riesgo para que esto suceda. Por otra parte, la falta de escenarios deportivos limita un poco la ejecución de este tipo de actividades debido que no se encuentran sitios en los cuales ir hacer estas prácticas. La creación de clubes, programas y proyectos que permitan incentivar y motivar a la población sería una buena opción para contrarrestar este tipo de dificultades. Sin embargo, se ve la motivación en la población lo que permite e incentiva a seguir trabajando en programas como este para así, cumplir con el objetivo para el cual son creados.

ACTIVIDAD 5.1

Gobernación de Córdoba
Ahora le toca al pueblo

Secretaría de Desarrollo de la Salud

E.S.E Hospital Local de Montelíbano
Mejoramos para Servir!

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

DIMENSIÓN NO TRANSMISIBLE

ACTIVIDAD 5.1: Promover y realizar 1 jornadas de actividad física en un entorno estudiantil.

LUGAR: San José de Ure – Puerto Colombia

FECHA: 19-10-2023

PERSONAS INTERVENIDAS: Población estudiantil







Gobernación de Córdoba Ahora le toca al pueblo	FORMATO	VERSIÓN 01	E S E Hospital Local de Montelibano Mejoramos para Servir
	CONCERTACIÓN	FECHA 27-07-2009	
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PAGINA 1 DE 1	

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES PLAN DE INTERVENCIÓN COLECTIVA 2023

En el municipio de San Jose de Ure a los 14 días del mes de 10 del 2023 se reunieron Evelia Funez Gil quien se desempeña como Docente y ERIKA VALVERDE, en representación de la E.S.E HOSPITAL LOCAL DE MONTELIBANO Enfermera. con el objetivo de concertar la ejecución de las actividades objeto del convenio interadministrativo N.º SS-320 del Plan de Intervenciones Colectivas en Salud Publica, 2023.

Para mayor constancia se firma la presente acta por los que en ella intervinieron a los 14 días del mes de 10 del 2023.

San Jose de Ure - Puerto Colombia.

Nombre ERIKA D. VALVERDE
Cédula 45552972
Numero de celular 320 543 2007.
Representante de la E.S.E

Nombre Evelia Funez Gil
Cédula 64740223
Numero de celular 3133381736
Funcionario del municipio o entidad Docente

Gobernación de Córdoba – Ahora le toca al pueblo / Secretaría de Desarrollo de la Salud	FORMATO	VERSIÓN: 02	E S E Hospital Local de Montelíbano – Mejoramos para Servir!
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012	
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1	

ACTA DE REUNIÓN

Lugar y fecha: 141023 I.E puerto colombia	Hora de Inicio: 07:00 Am Hora de Finalización: 08:30 Am

Objetivo(s) de la Reunión

Realizacion de actividad fisica y Recreativa dirigida a la poblacion estudiantil, brindando charla motivacion y nutricional, ejecutando juegos dedarchos, Prodeportivos y ludicos el cual brinde espacios seguros para los estudiantes.

Desarrollo de la Reunión

1. Presentacion del Profesional que realizara la actividad fisica
2. Enfatizacion de puntos a realizar en la sesion a ejecutar
3. Planeacion y ejecucion de ejercicios, juegos y actividad fisica a realizar por los estudiantes
4. charla motivacional y nutricional dando a conocer la importancia de una buena alimentacion y actividad fisica diaria
5. Toma de evidencia y firmas de documentos
6. Entrega de refrigerios
7. cierre de actividad, agradecimientos y despedidas.

ERIKA P VALVERDE

Responsables de la Actividad

Gobernación de Córdoba Ahora le toca al pueblo	FORMATO	VERSIÓN 01	E S E Hospital Local de Montelibano Mejoramos para Servir
	INVITACION	FECHA 27-07-2009	
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PAGINA 1 DE 1	

Señor (a): EVELIA FUNEZ

ASUNTO: Invitación

Cordial saludo

E.S.E HOSPITAL LOCAL DE MONTELBANO la/o estamos invitando a Participar en las actividades deportivas dirigida a la poblacion estudiantil, en el cual se estara ejecutando diversos juegos recreativos con duracion de 2 horas, charlas motivacionales a la practica deportiva saludable y nutricionales.

Con el objetivo de dar cumplimiento al convenio interadministrativo 2023, celebrado 55-337-2023 entre la gobernación de Córdoba y la E.S.E HOSPITAL LOCAL DE MONTELIBANO vigencia 2023. Por tal motivo le extendemos la invitación a su comunidad a la actividad en mención, que se realizará el:

Día: 19-10-2023
Lugar: I.E puerto colombia
Hora: 08:00 AM

Esperamos su asistencia

Cordialmente,

ERIKA. P. VALVERDE.

Profesional responsable de la actividad

CC.

Representante de la comunidad

CC. 64740 223

E S E Hospital Local de Montelíbano
Mejorando para Servir

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRTIVO N°

Gobernación de Córdoba
Ahora le toca al pueblo

DIMENSIÓN: #5 (5.1) vida saludable y condiciones no trasmisibles

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Sesion de autocuidado fisico

DIA:	19	MES:	10	AÑO:	2023	UBICACIÓN:	I.E PUERTO colombia.	ZONA:	RURAL

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		EDAD	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				TELÉFONO	MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	No. Identificación			GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL		SI	NO	
1	Adi Luz hernandez	ti	7063307324	10	F						x			x				x			N/A			Adi Luz
2	maria clara montiel	ti	1067290435	11	F			x						x				x			N/A			Maria clara
3	Amer david Regino	ti	1063301456	10	m						x			x				x			N/A			Amer
4	Maryoris Fernandez	Ti	1063300356	11	F									x				x			N/A			Maryoris
5	Isaac cogollo	Ti	1197214307	12	M			x						x				x			N/A			Isaac cogollo
6	Henry Pereira	Ti	1063295612	11	M						x			x				x			N/A			Henry Pereira
7	Ivan Ramiro	Ti	1063360892	11	M						x			x				x			N/A			Ivan Ramiro
8	Samuel Tamara	Ti	1067929061	14	M			x						x				x			N/A			Samuel Tamara
9	stiven padilla	Ti	1063303274	12	M			x						x				x			N/A			Estiven padilla
10	Jorge Urbiñez	Ti	1197217716	12	M						x			x				x			N/A			Jorge Ivan

E S E Hospital Local de Montelíbano
Mejorando para Servir

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRTIVO N°

Gobernación de Córdoba
Ahora le toca al pueblo

DIMENSIÓN: #5 (5.1) vida saludable y condiciones no transmisibles

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: sesion de actividad fisica

DIA:	19	MES:	10	AÑO:	2023	UBICACIÓN:	I.E PUERTO colombia.	ZONA:	RURAL

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		EDAD	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA			TELÉFONO	MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	No. Identificación			GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL		SI	NO	
1	Fran domico	TI	1063366521	10	M			X						X				X			N/A			Fran domico
2	milena meza Badel	TI	1067300479	10	F			X						X				X			N/A			milena meza
3	Malani Bravo Hernán	TI	1063300806	9	F						X			X				X			N/A			Malani
4	melanny Shavid Gonzalez	TI	1045435788	9	F									X				X			N/A			melanny
5	Heliever Arcen pechES	TI	1063300503	9	m						X			X				X			N/A			Heiever
6	Santiago Salgado urango	TI	1063302273	9	M									X				X			N/A			Santiago
7	Marcela Meza Martinez	TI	1197214535	10	F			X						X				X			N/A			Marcela
8	Greismi Shohana Toro	TI	1.063361637	9	F			X			X			X				X			N/A			Greismi
9	Marisela saaz Pares	TI	1.063365cc	12	F									X				X			N/A			marisela saa
10	FRAImaR domico	TI	1063324105	11	m						X			X				X			N/A			FRAImaR

Gobernación de Córdoba Ahora le toca al pueblo	FORMATO	VERSIÓN 01	E S E Hospital Local de Montelibano Mejoramos para Servir!
	CERTIFICACION	FECHA 27-07-2009	
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PAGINA 1 DE 1	

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE

Yo, Evelia Funes Gil, identificado con la Cedula de Ciudadanía N.º 64740223, en Representación del Institucion Educativa puerto Colombia, certifico que la E.S.E HOSPITAL LOCAL DE MONTELIBANO realizó: 1 Sesion de actividad fisica dirigida a 20 estudiantes de la institucion educativa puerto colombia (zona rural de san jose de ure) realizando actividad recreativa, desafio, charlas motivacionales y nutricionales, dando a conocer la importancia de la actividad fisica, alimentacion sana y habitos saludables. Se Realizo el desarrollo de la actividad con la mejor disposicion.

Durante la actividad se garantizó la entrega de refrigerio saludable e insumos para las dinámicas. SI [X] NO [ ]

Para constancia se firma en Puerto Colombia a los 19 días del mes de 10 del 2023.

NOMBRE Y APELLIDOS Evelia Funes Gil

FIRMA

CELULAR 3113581736