ESE HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

PIC
Plan de intervenciones colectivas

PLAN DE MEDIOS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realizar (9) jornadas de información en salud dirigido a gestantes sobre la importancia de una alimentación balanceada en la gestación con el fin de evitar complicaciones tanto en la madre como en el recién nacido.

Valor	Población	Entorno	Tema	Cronograma	Necesidad de información	Problema de salud	Resultados de otras campañas	Objetivo	Tipo de estrategia de difusión	Audiencia para impactar	Definir como proporcionar la información
2.698.378.00	Materno perinatal	Comunitario	Generalidades de la alimentación saludable	25 de abril	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Guía básica para alimentación saludable: frutas y verduras	3 de mayo	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Guía básica para alimentación saludable: proteínas y carbohidratos	7 de junio	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Guía básica para alimentación saludable: grasas y líquidos saludables	3 de julio	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Factores para mejorar una alimentación saludable: control de porciones y no al consumo de alimentos ultra procesados	6 de agosto	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Factores para mejorar una alimentación saludable: alimentación consciente y evitar el consumo de alcohol y tabaco	3 de septiembre	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Importancia del uso de los suplementos nutricionales en el embarazo	8 de octubre	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Generalidades de la alimentación saludable	6 de noviembre	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

	Materno perinatal	Comunitario	Generalidades de la alimentación saludable	3 de diciembre	Se ha evidenciado un mal manejo de alimentos en las gestantes, por el aumento del consumo de embutidos, comidas rápidas, bebidas azucaradas, y golosinas, conllevando al sobrepeso.	falta de educación sobre alimentación saludable durante el embarazo	No han sido Evaluadas	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar.	Mensajes por redes sociales	comunidad madres en gestación del municipio	Mediante imagen informativa por redes sociales (se realizó un poster)

ESE HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DEL CESAR
MUNICIPIO LA JAGUA DE IBIRICO

PIC
Plan de intervenciones colectivas

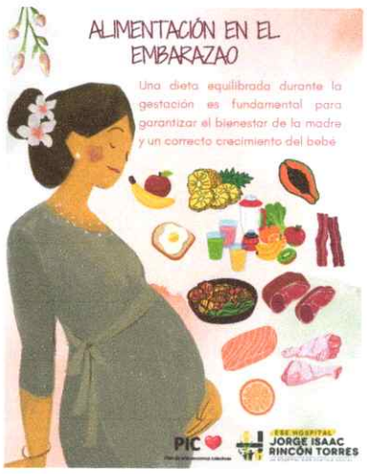
ACTA DE EJECUCIÓN

EJE ESTRATEGICO	**Atención Primaria en Salud**
ACTIVIDAD	**Realizar (9) jornadas de información en salud dirigido a gestantes sobre la importancia de una alimentación balanceada en la gestación con el fin de evitar complicaciones tanto en la madre como en el recién nacido.**
FECHA Y LUGAR DE EJECUCIÓN	**25 De Abril del 2025** – Zona urbana, Territorio 1 al 8 , Micro territorio 1 al 43.

POBLACIÓN BENEFICIADA

Género/Sexo:	Femenino:	Masculino:	LGBTI:	TOTAL:
Población por ciclo vital:	Primera Infancia (0-5):	Infancia (6-11):	Adolescencia (12-17):	TOTAL:
	Juventud (18-28):	Adultez (29 -59):	Vejez (mayor de 60):	
Grupo Vulnerable:	PCD:	MCH:	Víctimas:	TOTAL:
	Desplazado:	Reinsertado:		
Grupo Étnico:	Indígena:	Afro:		TOTAL:
OTRO:				

POBLACIÓN OBJETO	MATERNO PERINATAL
RESPONSABLE(S) DE LA ESE	EQUIPO BASICO ENFERMERÍA - MEDICO
ACTOR(ES) SOCIAL(ES)	JEFE DE PRENSA, HOSPITAL JORGE ISAAC RINCON TORRES, MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO, CESAR.
OBJETIVO GENERAL	Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	Se realizo una jornada de información sobre una alimentación saludable durante el embarazo, por medio de un poster en redes sociales como Instagram y Facebook en la pagina principal del hospital Jorge Isaac rincón torres con el fin de que llegue a cada gestante del municipio de la jagua de ibirico, cesar. El poster consistió en tres imágenes, la primera explicaba que, una dieta equilibrada durante la gestación es fundamental para garantizar el bienestar de la madre y un correcto crecimiento del bebé, en la segunda imagen, se plasmó que en esta fase del embarazo, las demandas nutricionales se incrementan, por lo que resulta crucial suministrar los nutrientes requeridos. Y en la tercera imagen coloque los tips para una alimentación saludable como: 1. Diversidad alimentaria: frutas verduras, proteínas, grasas saludables 2. Incremento progresivo de calorías: se aconseja un incremento de aproximadamente 300 calorías extra diarias, particularmente en el segundo y tercer trimestre. 3. Comer de forma regular y proporcionada: Es recomendable comer de 5 a 6 pequeñas comidas al día en lugar de tres grandes. 4. Hidratación adecuada. 5. Evitar alimentos perjudiciales: comidas procesadas, alimentos crudos o poco cocidos, bebidas azucaras, comida rápida.

	6. Control del peso saludable: El aumento de peso durante el embarazo es natural, pero es importante hacerlo de manera gradual y controlada. Se observo que hubo interacción con la comunidad en la publicación, lo que nos motiva a seguir motivando a la comunidad por medio de este método.   
PRODUCTOS QUE VALIDAN LA ACTIVIDAD	1. Acta de ejecución 2. Evidencia de pantallazo en redes sociales
CODIGO CUPS:	I10209

REVISADO POR:	Monica Rico B.	**REALIZADO POR:**	Madeleine Castillo
CARGO:	Prof Universitario	**CARGO:**	Medico
FIRMA:	Monica Rico	**FIRMA:**	

ESE HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

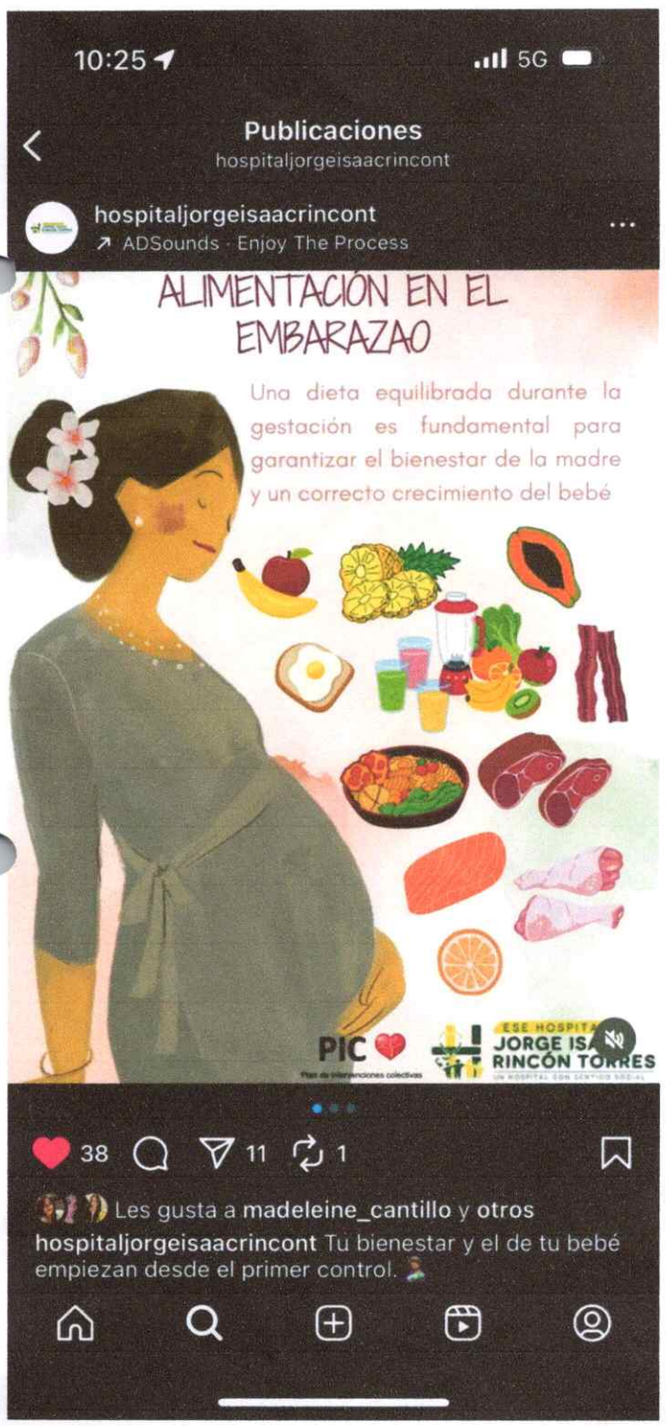
REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DEL CESAR
MUNICIPIO LA JAGUA DE IBIRICO

PIC
Plan de intervenciones colectivas

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DEL EJE ESTRATEGICO: Atención Primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realizar (9) jornadas de información en salud dirigido a gestantes sobre la importancia de una alimentación balanceada en la gestación con el fin de evitar complicaciones tanto en la madre como en el recién nacido.





https://www.facebook.com/share/p/19K8dfvFKc/?mibextid=wwXIfr

https://www.instagram.com/p/DI3_PNnA7dY/?igsh=YmdiOXUyZmd5a3p5