354

ACTA DE REUNIÓN

FECHA	LUGAR	HORARIO
16 al 28 de MAYO 2025	ALTO MAGDALENA Y CAMPO ALEGRE	8:00 AM A 5:00 PM

TEMAS	AIEPI

DESARROLLO

En este periodo no se realizo seguimientos de AIEPI ya que no se cuenta con base que corresponde para seguimientos.

Se realizada visitas casa a casa en el micro territorio del la ALTO MAGDALENA Y CAMPO ALEGRE del municipio de Ricaurte, se les brinda información a la comunidad sobre la importancia de las vacunas, crecimiento y desarrollo en la poblacion infantil y seguimiento estrategia AIEPI (Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia) en su salud depende en cada etapa de la vida segun el ciclo de vida según su edad asi como los derechos y deberes tanto de padres como de comunidad y los entes de salud.

- (4) NIÑOS DE 0-5 Años Donde se encuentra al dia en sus respectivos controles según ciclo de vida y no se canaliza a ningún servicio.
- (6) NIÑOS DE 6-11 Dónde se encuentran al día en sus respectivos controles según ciclo de vida y no se canaliza a ningún servicio.

En la visita se brinda educacion a la población en general la importancia de dar continuidad a los controles de crecimiento, desarrollo y controles de odontología que permitan la oportuna información sobre la salud de los niños y niñas.

Este tipo de seguimientos contribuye a:

- Reducción de la morbilidad y mortalidad infantil:
- Mejora en la calidad de la atención en salud:
- Fortalecimiento del sistema de salud local
- Promoción de la participación comunitaria.
- Seguimiento del desarrollo infantil:

CONCLUSION

Durante el recorrido por el micro territorio se hayo una menor de 6-11 años el cuál , se encuentran bien de salud y sin ningún problema no se canalizo para ningún servicio y se le brinda información a las madres sobre la importancia de tener al día en sus controles por el bien de su salud.

355

EVIDENCIAS



ASISTENCIA

CARGO	NOMBRE	FIRMA
AUXILIAR DE ENFERMERIA	OLIVA FERNANDA SANCHEZ	Oliva Sanchez
Coord. PIC.	Zulma Jauregui. V.	
Coord. PIC ESE	Andrea Córdoba Ortega	

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

ACTA DE REUNIÓN

FECHA	LUGAR	HORARIO
16 al 28 de MAYO 2025	JOSE MARIA CORDOBA	8:00 AM A 5:00 PM

TEMAS	AIEPI

DESARROLLO

En este periodo no se realizo seguimientos de AIEPI ya que no se cuenta con base que corresponde para seguimientos.

Se realizada visitas casa a casa en el micro territorio del la JOSE MARIA CORDOBA del municipio de Ricaurte, se les brinda información a la comunidad sobre la importancia de las vacunas, crecimiento y desarrollo en la poblacion infantil y seguimiento estrategia AIEPI (Atención Integrada a las Enfermedades Prevalentes de la Infancia) en su salud depende en cada etapa de la vida segun el ciclo de vida según su edad asi como los derechos y deberes tanto de padres como de comunidad y los entes de salud.

- (4) NIÑOS DE 0-5 Años Donde se encuentra al dia en sus respectivos controles según ciclo de vida y no se canaliza a ningún servicio.
- (6) NIÑOS DE 6-11 Dónde se encuentran al día en sus respectivos controles según ciclo de vida y no se canaliza a ningún servicio.

En la visita se brinda educacion a la población en general la importancia de dar continuidad a los controles de crecimiento, desarrollo y controles de odontología que permitan la oportuna información sobre la salud de los niños y niñas.

Este tipo de seguimientos contribuye a:

- Reducción de la morbilidad y mortalidad infantil:
- Mejora en la calidad de la atención en salud:
- Fortalecimiento del sistema de salud local
- Promoción de la participación comunitaria.
- Seguimiento del desarrollo infantil:

CONCLUSION

Durante el recorrido por el micro territorio se hayo una menor de 6-11 años el cuál , se encuentran bien de salud y sin ningún problema no se canalizo para ningún servicio y se le brinda información a las madres sobre la importancia de tener al día en sus controles por el bien de su salud.

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

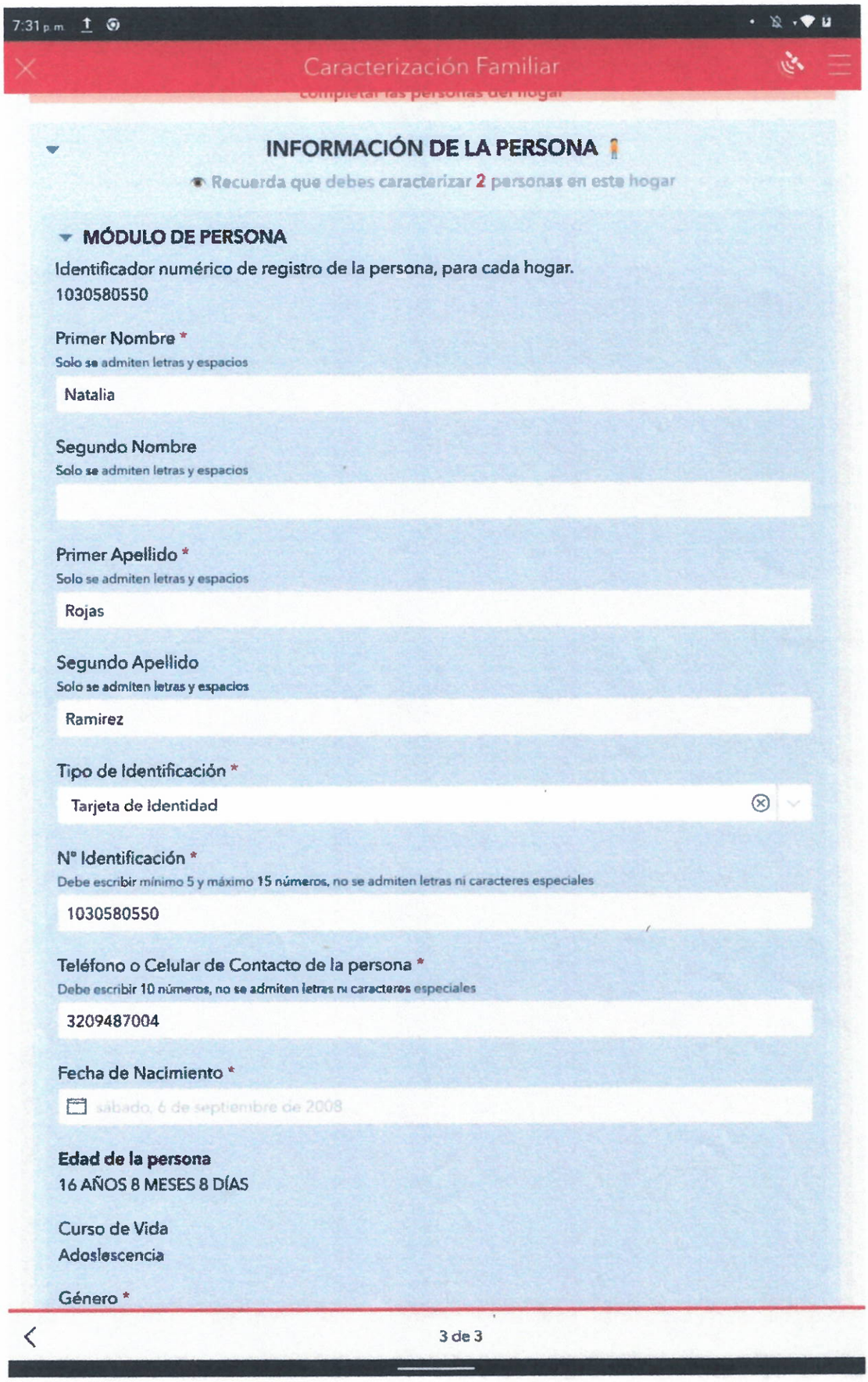
EVIDENCIAS

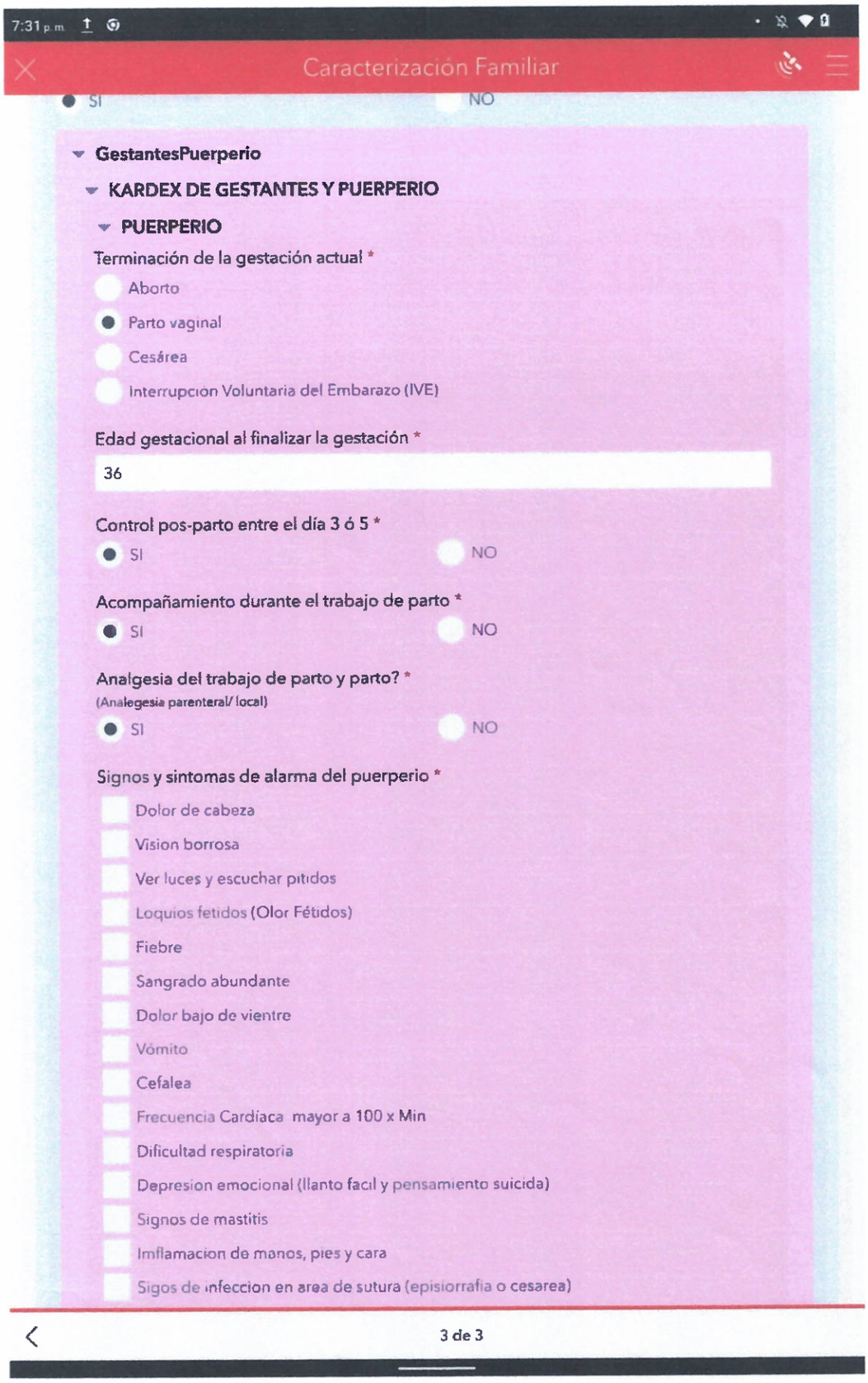


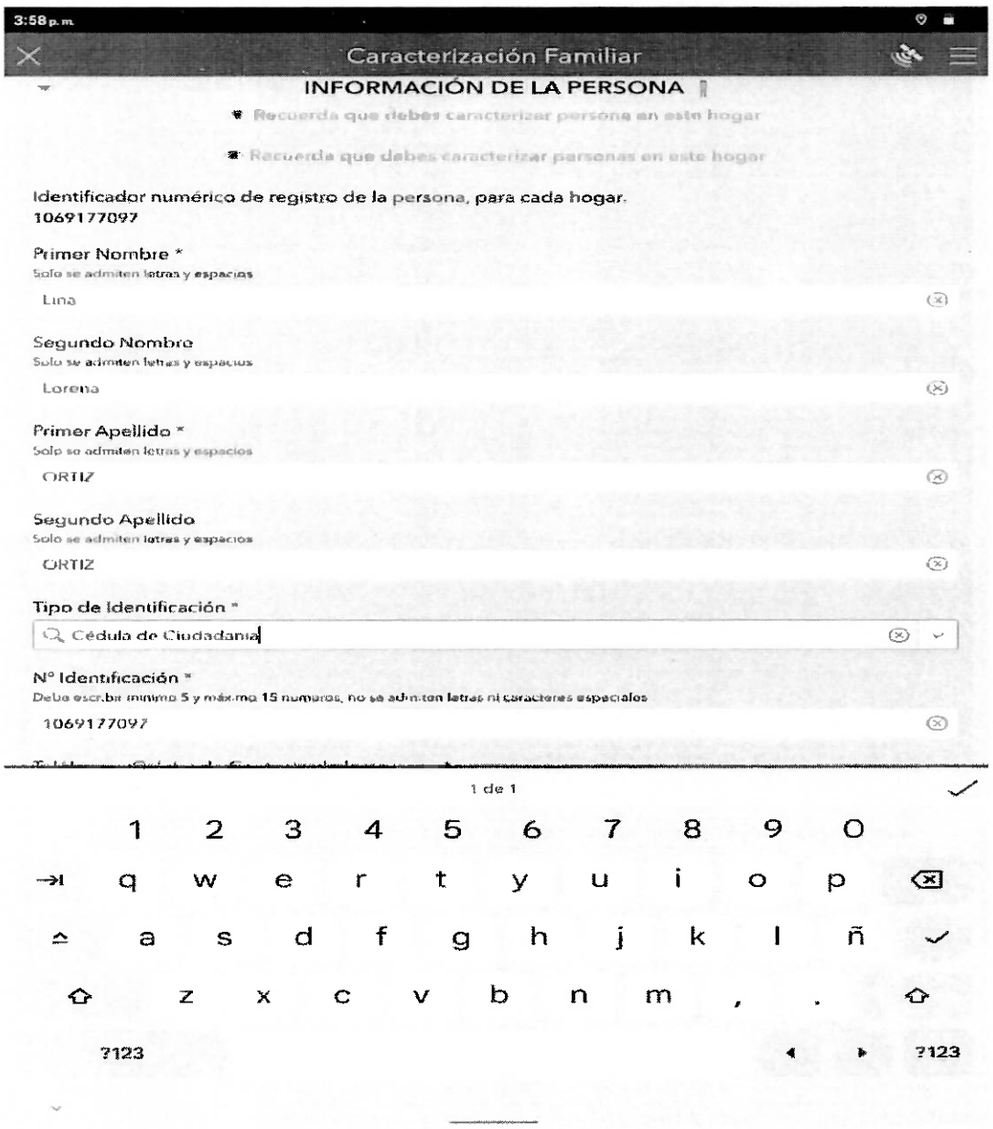
ASISTENCIA

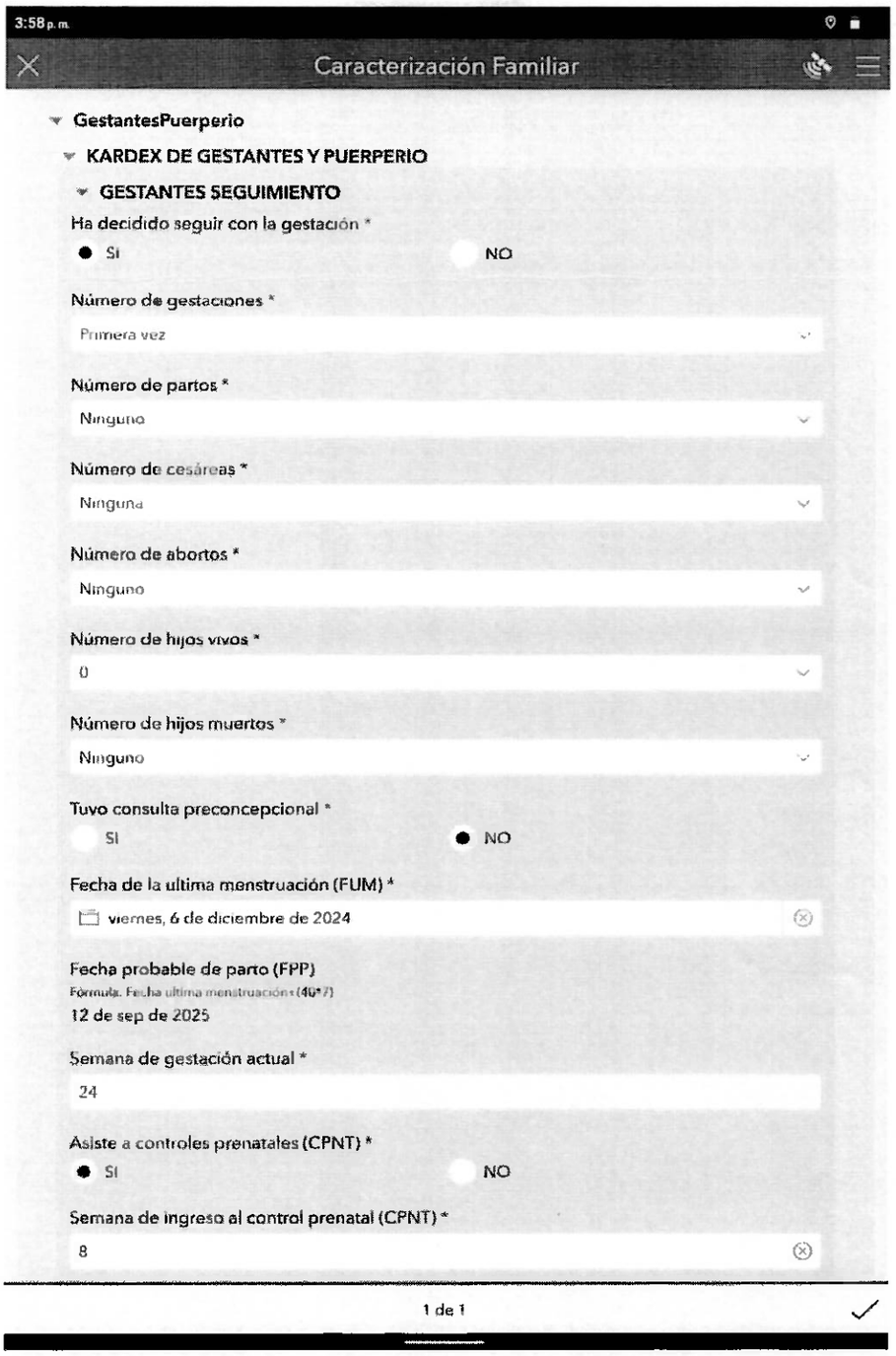
CARGO	NOMBRE	FIRMA
AUXILIAR DE ENFERMERIA	ANDREA DEL PILAR WALTERO	
Coord. PIC	Zulma Jauregui V.	
Coord. PIC ESE	Andrea Córdoba Ortega	

Actividad #04


7:31 p.m.
Caracterización Familiar
INFORMACIÓN DE LA PERSONA
Recuerda que debes caracterizar 2 personas en este hogar
MÓDULO DE PERSONA
Identificador numérico de registro de la persona, para cada hogar.
1030580550
Primer Nombre *
Solo se admiten letras y espacios
Natalia
Segundo Nombre
Solo se admiten letras y espacios
Primer Apellido *
Solo se admiten letras y espacios
Rojas
Segundo Apellido
Solo se admiten letras y espacios
Ramirez
Tipo de Identificación *
Tarjeta de Identidad
N° Identificación *
Debe escribir mínimo 5 y máximo 15 números, no se admiten letras ni caracteres especiales
1030580550
Teléfono o Celular de Contacto de la persona *
Debe escribir 10 números, no se admiten letras ni caracteres especiales
3209487004
Fecha de Nacimiento *
sábado, 6 de septiembre de 2008
Edad de la persona
16 AÑOS 8 MESES 8 DÍAS
Curso de Vida
Adoslescencia
Género *
3 de 3


7:31 p.m.
Caracterización Familiar
SI
NO
GestantesPuerperio
KARDEX DE GESTANTES Y PUERPERIO
PUERPERIO
Terminación de la gestación actual *
Aborto
Parto vaginal
Cesárea
Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE)
Edad gestacional al finalizar la gestación *
36
Control pos-parto entre el día 3 ó 5 *
SI
NO
Acompañamiento durante el trabajo de parto *
SI
NO
Analgesia del trabajo de parto y parto? *
(Analegesia parenteral/ local)
SI
NO
Signos y sintomas de alarma del puerperio *
Dolor de cabeza
Vision borrosa
Ver luces y escuchar pitidos
Loquios fetidos (Olor Fétidos)
Fiebre
Sangrado abundante
Dolor bajo de vientre
Vómito
Cefalea
Frecuencia Cardiaca mayor a 100 x Min
Dificultad respiratoria
Depresion emocional (llanto facil y pensamiento suicida)
Signos de mastitis
Imflamacion de manos, pies y cara
Sigos de infeccion en area de sutura (episiorrafia o cesarea)
3 de 3


3:58 p. m.
Caracterización Familiar
INFORMACIÓN DE LA PERSONA
Recuerda que debes caracterizar persona en este hogar
Recuerda que debes caracterizar personas en este hogar
Identificador numérico de registro de la persona, para cada hogar.
1069177097
Primer Nombre *
Solo se admiten letras y espacios
Lina
Segundo Nombre
Solo se admiten letras y espacios
Lorena
Primer Apellido *
Solo se admiten letras y espacios
ORTIZ
Segundo Apellido
Solo se admiten letras y espacios
ORTIZ
Tipo de Identificación *
Cédula de Ciudadanía
Nº Identificación *
Debe escribir mínimo 5 y máximo 15 numeros, no se admiten letras ni caracteres especiales
1069177097
1 de 1
1 2 3 4 5 6 7 8 9 0
q w e r t y u i o p
a s d f g h j k l ñ
z x c v b n m , .
?123
?123


3:58 p. m.
Caracterización Familiar
GestantesPuerperio
KARDEX DE GESTANTES Y PUERPERIO
GESTANTES SEGUIMIENTO
Ha decidido seguir con la gestación *
SI
NO
Número de gestaciones *
Primera vez
Número de partos *
Ninguno
Número de cesáreas *
Ninguna
Número de abortos *
Ninguno
Número de hijos vivos *
0
Número de hijos muertos *
Ninguno
Tuvo consulta preconcepcional *
SI
NO
Fecha de la ultima menstruación (FUM) *
viernes, 6 de diciembre de 2024
Fecha probable de parto (FPP)
Fórmula: Fecha ultima menstruación+(40*7)
12 de sep de 2025
Semana de gestación actual *
24
Asiste a controles prenatales (CPNT) *
SI
NO
Semana de ingreso al control prenatal (CPNT) *
8
1 de 1

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

ACTA DE REUNIÓN

FECHA	LUGAR	HORARIO
Del 16 al 28 de mayo 2025	VEREDAS LAS VARAS	8 AM A 5 PM

TEMAS	Gestantes

DESARROLLO

Durante los recorridos por el micro territorio y una vez realizadas las visitas casa a casa se encuentra en la vereda las varas una mujer en estado de gestación DIANA PATRICIA GALINDO AVILA de 25 semanas de gestación y con fecha probable de parto para el día 25 de agosto de 2025 para realizar el Kardex de gestantes y los debidos seguimientos, pero cabe resaltar que al ingresar a la plataforma SURVEY no permite ingresar a la caracterización, no se evidencia el Kardex de gestantes para poder realizar la respectiva captura de pantalla por lo cual no se puede realizar el seguimiento como es debido ya que es primera vez que se caracteriza.

Se educó a la gestante sobre métodos de planificación familiar, deberes y derechos sexuales y reproductivos, hábitos saludables e higiene oral, cuidados del puerperio mediante la ayuda de folletos y rotafolio, se canaliza para vacunación con DPT acelular a las 26 semanas gestacionales, se observó a la usuaria muy receptiva con respecto a los temas tratados.





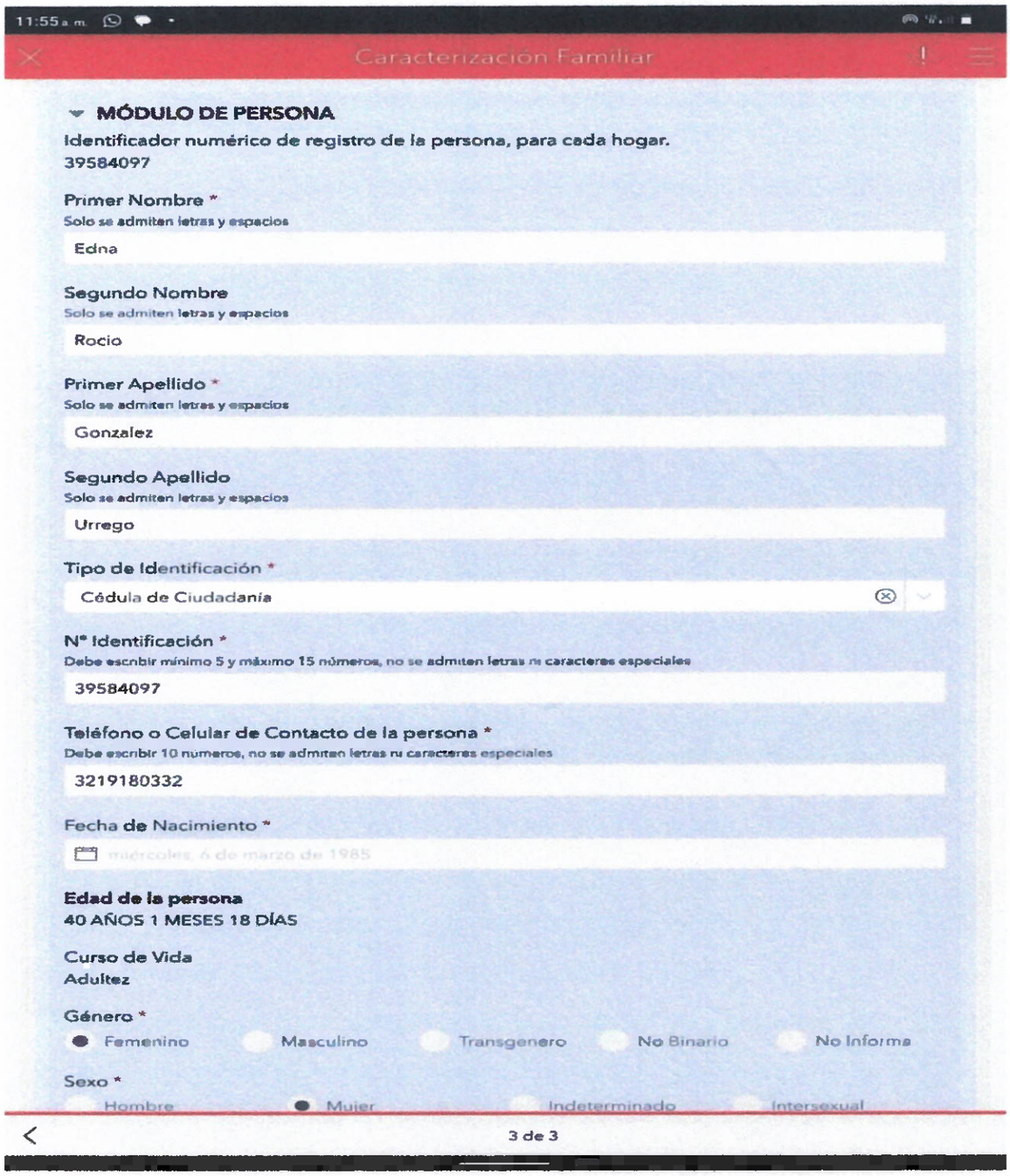
Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16



ASISTENCIA

CARGO	NOMBRE	FIRMA
AUXILIAR DE ENFERMERIA	AURA MARIA CASTRO	Aura Castro
Coord. PIC ESE	Andrea Córdoba Ortega	
Coord. PIC	Zulma Fajardo V.	

KARDEX GESTANTE



11:55 a. m.

Caracterización Familiar

MÓDULO DE PERSONA

Identificador numérico de registro de la persona, para cada hogar.
39584097

Primer Nombre *
Solo se admiten letras y espacios
Edna

Segundo Nombre
Solo se admiten letras y espacios
Rocio

Primer Apellido *
Solo se admiten letras y espacios
Gonzalez

Segundo Apellido
Solo se admiten letras y espacios
Urrego

Tipo de Identificación *
Cédula de Ciudadanía

N° Identificación *
Debe escribir mínimo 5 y máximo 15 números, no se admiten letras ni caracteres especiales
39584097

Teléfono o Celular de Contacto de la persona *
Debe escribir 10 números, no se admiten letras ni caracteres especiales
3219180332

Fecha de Nacimiento *
miércoles, 6 de marzo de 1985

Edad de la persona
40 AÑOS 1 MESES 18 DÍAS

Curso de Vida
Adultez

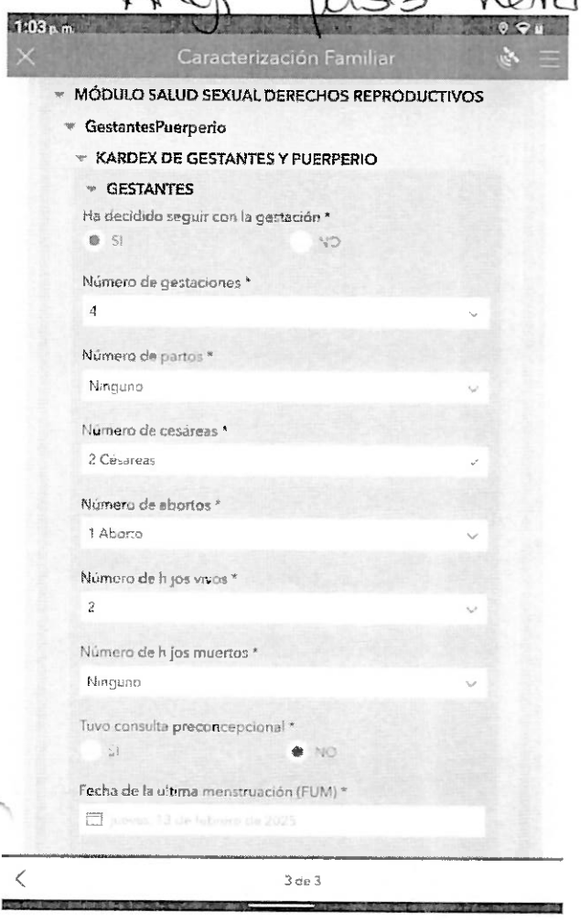
Género *
Femenino Masculino Transgenero No Binario No Informa

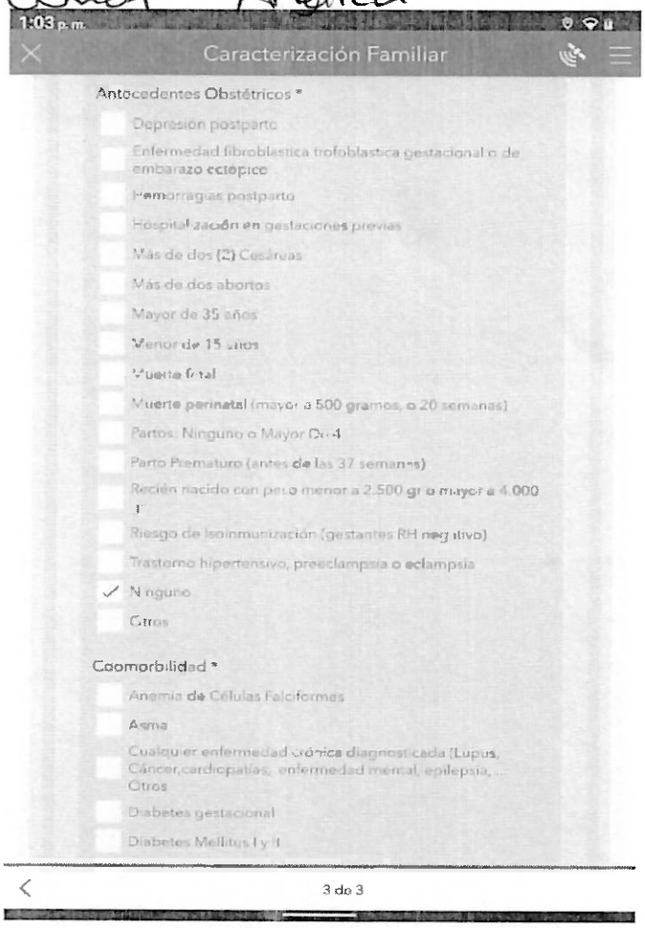
Sexo *
Hombre Mujer Indeterminado Intersexual

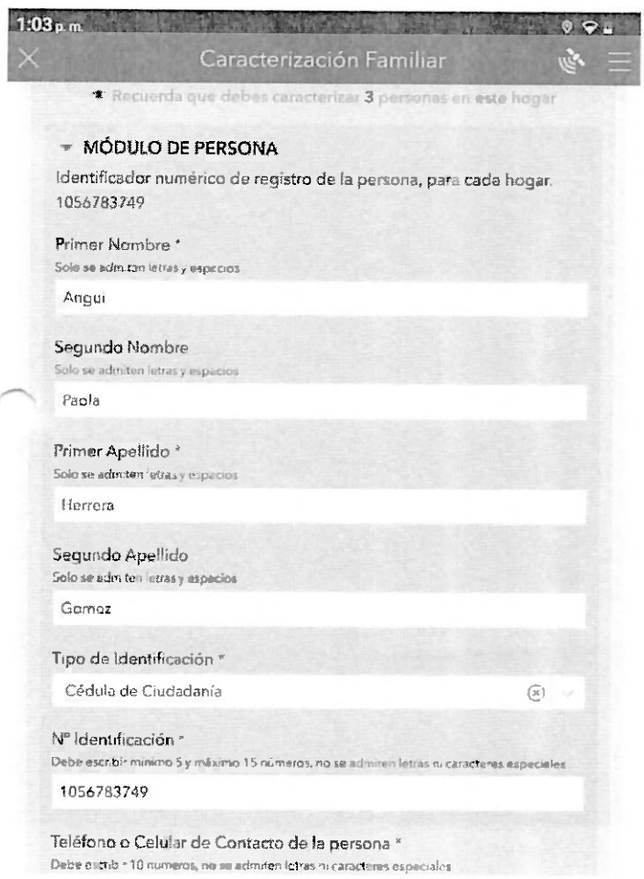
3 de 3

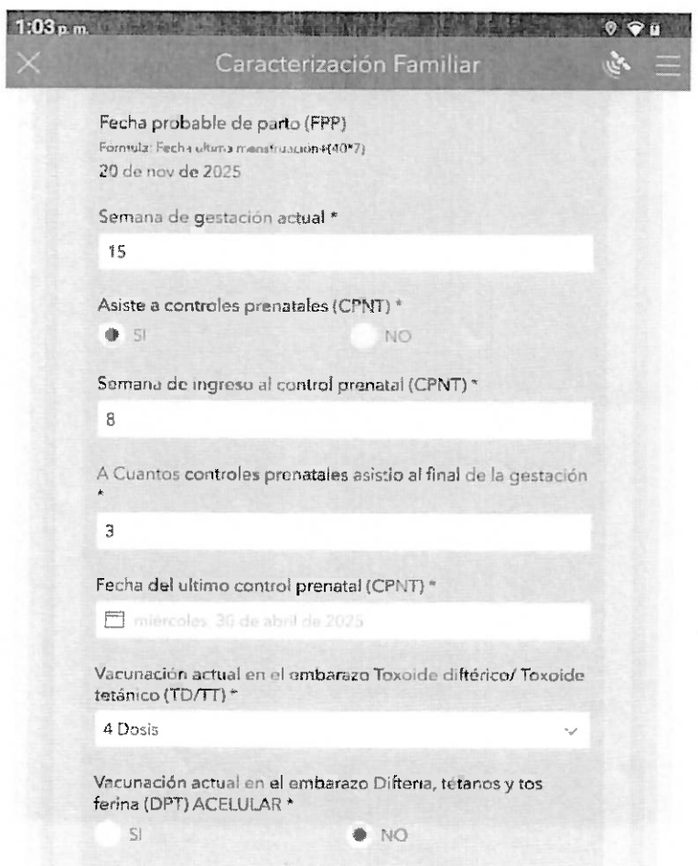
Fernanda

Angi Paola Herrera Gomez Andrea









Actividad #05

Actividad #06

Actividad #07

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

ACTA DE REUNION

MUNICIPIO DE RICAURTE		
Actividad 7	Fecha de realización: Del 16 al 31 de mayo 2025	Hora: De 8AM a 5PM
Tema tratado Realizar acciones de información a las familias visitadas, con el fin de promover la salud y la cultura de autocuidado para la detección temprana de riesgos asociados a: enfermedades prevalentes de la infancia enfocado AIEPI. Materno-perinatal, salud ambiental(enfermedades zoo noticas y enfermedades trasmitidas por vectores), salud mental y convivencia social, sexualidad y derechos sexuales y reproductivos, vida saludable, enfermedades transmisibles, enfermedades crónicas no transmisibles(canceres, HTA y diabetes) promoción de la higiene y la salud bucal salud en el entorno laboral, gestión diferencial de las poblaciones vulnerables acerca de deberes y derechos en salud(indígenas, negros, afrodescendientes raizales palanqueros NARP Y ROM o gitanos, discapacidad.		
Grupo beneficiario: Población general		
Lugar	# Población programada	# Población cubierta:
Microterrotorio EL PASO SAN MARTIN	30 FAMILIAS	35 PERSONAS

Objetivo General	❖ Informar en el entorno hogar al 100% de las familias visitadas, sobre factores protectores en estilos de vida saludable y hábitos de actividad física y educación en prevención en salud diferentes temas.
Objetivos Específicos	❖ Realizar actividades de recreación y deporte que permitan la prevención de enfermedades del sedentarismo y mejorar la salud de la población. ❖ Fomentar hábitos de vida saludable en el ámbito personal, laboral y social. ❖ Promover la adopción de estilos de vida saludables en las familias visitadas, a través de la información brindada sobre los factores protectores y hábitos de actividad física. ❖ Fomentar la conciencia sobre la importancia de mantener una buena salud a través de la práctica regular de actividad física y la adopción de hábitos saludables en el hogar. ❖ Contribuir a la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, como la obesidad, la diabetes y las enfermedades

a su vez son considerados como factores de riesgo o de protección, dependiendo del comportamiento, de enfermedades

Satisfacción de las necesidades. transmisibles como de las no transmisibles (Diabetes, Enfermedades Cardiovasculares, Cáncer, entre otras).

¿Qué relación tiene la Calidad de Vida con los Estilos de Vida Saludables?

La calidad de vida está relacionada con los siguientes aspectos:

Satisfacción en las actividades diarias

Logro de metas en la vida.

Autoimagen y la actitud hacia la vida.

Participación de factores personales y socio ambientales.

ASPECTOS POSITIVOS DE MANTENER UNOS BUENOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

- Promover la convivencia solidaridad tolerancia y negociación.
- Tener sentido de vida, objetivos de vida y plan de acción.
- Brindar afecto y mantener la integración social familiar.
- El autocuidado
- Controlar factores de riesgo como obesidad y vida sedentaria, tabaquismo, alcoholismo abuso de medicamentos estrés y algunas patologías como hipertensión y diabetes.
- Realizar actividades deportivas en tiempo libre y disfrutar del ocio.
- Mantener la autoestima, el sentido de pertinencia y la identidad.

Por lo cual siempre se debe propender el logro de los estilos de vida saludable en cualquier grupo de edad.

CONCEPTOS BASICOS

CANCER DE SENO

El cáncer es un incremento descontrolado en la proliferación continua de células anormales con capacidad de invasión y construcción de otros tejidos.

Las alteraciones genéticas pueden ser heredadas entre 5 y 10% tienen un origen hereditario, el cáncer de seno no es contagioso.

FACTORES DE RIESGO

- La edad más frecuente entre mujeres de 35 a 70 años
- Menarquia antes de 11 años
- Menopausia después de los 54 años o antes de 45 años.
- No tener hijos

- Primer hijo después de 25 años y después de 40 años 3 veces mayor.
- El riesgo disminuye por cada año de retardo en la menarquia
- Lactancia por más de 6 meses reduce el riesgo
- Anticonceptivos orales aumenta el riesgo
- Historial familiar de cáncer de seno de la madre, o hermana o hija antes de 50 años
- Dieta rica en grasa animal por la producción de estrógenos
- Obesidad riesgo pos menopausia
- Alcohol relacionado con el aumento del riesgo
- Estrés
- Fumar

FACTORES PROTECTORES

- Aumento en el consumo de fibra en los alimentos como frutas, vegetales cereales integrales y las leguminosas
- Vitamina E: en aceites vegetales, nueces, cacahuates o maní, aguacate, zanahoria, pimientos y tomates.
- Vitamina c: limones, naranjas, kiwi, fresas
- Selenio y zinc: en hongos, cereales integrales, leguminosas, levadura de cerveza.
- Antioxidantes el té, frutas y vegetales, incluyendo algunas vitaminas.
- Ejercicio
- Lactancia.

RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCION DEL CANCER DE SENO

- Auto examen mensual
- Examen clínico anual
- Ejercicio regular, tres veces por semana, cada sesión durante 40 minutos mínimo.
- Aumentar el periodo de la lactancia
- Dieta rica en fibra, aceite de pescado o vegetales, fito estrógenos(vegetales verdes de hoja ancha, leguminosas, soja etc.)

AUTO EXAMEN DE SENO

Información
El mejor momento para hacerse un autoexamen mensual de las mamas es más o menos de 3 a 5 días después del comienzo del periodo. Hágalo siempre al mismo momento cada mes. Las mamas no están tan sensibles o con protuberancias en ese tiempo en su ciclo menstrual.

Si usted ha llegado a la menopausia, realícese el examen el mismo día todos los meses.
Empiece por acostarse boca arriba. Es más fácil examinarse todo el tejido mamario si está acostada.

Coloque la mano derecha por detrás de la cabeza. Con los dedos del medio de la mano izquierda presione suave pero con firmeza haciendo movimientos pequeños para examinar toda la mama derecha.

Luego, estando sentada o de pie, palpe la axila, ya que el tejido mamario se extiende hasta esta zona.

Presione suavemente los pezones, verificando si hay secreción. Repita el proceso en la mama izquierda.

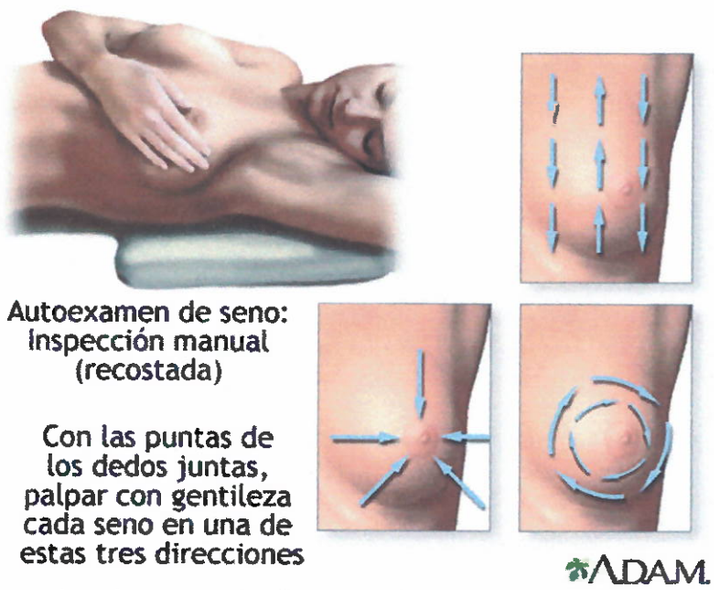
Utilice uno de los patrones que se muestran en el diagrama para constatar que esté cubriendo todo el tejido mamario.

Luego, párese frente a un espejo con los brazos a los lados.

Mire las mamas directamente y en el espejo. Busque cambios en la textura de la piel, como hoyuelos, arrugas, abolladuras o piel que luzca como cáscara de naranja.

Igualmente observe la forma y el contorno de cada mama.

Revise para ver si el pezón está hundido.



Autoexamen de seno: Inspección manual (recostada)

Con las puntas de los dedos juntas, palpar con gentileza cada seno en una de estas tres direcciones

A.D.A.M.

Haga lo mismo con los brazos elevados por encima de la cabeza.

Su objetivo es acostumbrarse a sentir sus senos. Esto le ayudará a encontrar algo nuevo o diferente. Si lo hace, comuníquese con su proveedor de inmediato.

CANCER DE PROSTATA

El cáncer de próstata es el cáncer que se forma en la próstata. En los hombres, la próstata es una glándula pequeña con forma de nuez, que produce el líquido seminal que nutre y transporta el esperma.

Síntomas

El cáncer de próstata puede no provocar signos ni síntomas en sus primeros estadios.

El cáncer de próstata que está más avanzado puede causar signos y síntomas como:

- Problemas para orinar
- Disminución en la fuerza del flujo de la orina
- Sangre en la orina
- Sangre en el semen
- Dolor de huesos
- Pérdida de peso sin intentarlo
- Disfunción eréctil

Factores de riesgo

Los factores que pueden aumentar el riesgo de cáncer de próstata son los siguientes:

- **Edad avanzada.** El riesgo de tener cáncer de próstata aumenta con la edad. Es más frecuente después de los 50 años de edad.
- **Raza.** Por razones que aún no se han determinado, los hombres afroamericanos tienen un mayor riesgo de cáncer de próstata que los de otras razas. En los afroamericanos, el cáncer de próstata también tiene más probabilidades de ser agresivo o avanzado.
- **Antecedentes familiares.** Si se ha diagnosticado con cáncer de próstata a un familiar cercano, como un padre, hermano o hijo, quizás tu riesgo sea más alto. También, si tienes antecedentes familiares de genes que aumentan el riesgo para cáncer de mama (BRCA1 o BRCA2) o antecedentes familiares significativos de cáncer de mama, tu riesgo para cáncer de próstata quizás sea más alto.
- **Obesidad.** Las personas obesas quizás estén a un riesgo más alto de padecer cáncer de próstata, comparadas con las que se considera están a un peso saludable, aunque los estudios han producido resultados mixtos. En las personas obesas, es más probable que el cáncer sea más agresivo o o que recurra después del tratamiento inicial.

Prevención

Puedes reducir el riesgo de padecer cáncer de próstata de la siguiente manera:

- **Sigue una dieta saludable con muchas frutas y verduras.** Come una variedad de frutas, verduras, y cereales integrales. Las frutas y los vegetales contienen muchas vitaminas y nutrientes que pueden contribuir a mejorar tu salud.

  Aún debe probarse de manera concluyente si puedes evitar el cáncer de próstata a través de la dieta. Pero seguir una dieta saludable con una variedad de frutas y verduras puede mejorar el estado de tu salud en general.

Conceptos básicos enfermedades cronicas

El metabolismo es el resultado de todas las reacciones químicas que se realizan a nivel de las células de nuestro cuerpo. Esto, con el objetivo de convertir los alimentos que consumimos en energía. La alteración de estas reacciones químicas interrumpe el metabolismo, causando la **enfermedad metabólica**

Una **enfermedad metabólica** tiene diferentes orígenes, puede ser por la dificultad para degradar los aminoácidos, carbohidratos o lípidos, o bien porque se ve afectada directamente la producción de energía.

Principales enfermedades metabólicas:

Sobrepeso y obesidad

Causadas por el almacenamiento anormal o excesivo de la grasa corporal. Se desarrollan por múltiples factores, como biológicos, psicosociales, económicos, y ambientales.

Diabetes mellitus

Es una de las **enfermedades crónicas** más comunes, se caracteriza por niveles altos de azúcar en sangre. Se puede presentar por deficiencia completa o parcial de la producción y/o efecto de la insulina (OPS, S.f.).

Dislipidemias

También conocida como **hiperlipidemia**, es la elevación de los lípidos en sangre. Ya sea el colesterol total mayor a 200 miligramos por decilitro de sangre (mg/dL), colesterol LDL mayor a 100 mg/dL, triglicéridos mayores a 150 mg/dL; o bien colesterol HDL (colesterol bueno) menor de 40 mg/dL (CUN, 2020).

Hipertensión arterial

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes arteriales, para que estas la hagan llegar a todos los tejidos del cuerpo.

Y definen hipertensión arterial, cuando los siguientes valores están elevados de manera repetida, en varias visitas médicas.

- Presión sistólica mayor o igual a 130 mmHg y/o
- Y presión diastólica mayor o igual a 80 mmHg (Hipertensión, 2018).

Factores de riesgo para desarrollar enfermedad metabólica

- Antecedentes familiares.
- Malos hábitos alimenticios.
- Inactividad física o sedentarismo.
- Consumo de tabaco.
- Ingesta excesiva de alcohol.
- Exposición prolongada al estrés.
- El envejecimiento.

Tratamiento de la enfermedad metabólica

Así como el diagnóstico de cada **enfermedad metabólica** es individualizado, el tratamiento también lo es. De modo general, para cada **enfermedad metabólica** consiste en dos partes: no farmacológica y farmacológica.

La no farmacológica

Es la primera opción, puede usarse sola para el manejo inicial de la **enfermedad metabólica**. Además, es la mejor forma de prevenir su desarrollo.

se brinda la información a las mujeres en edad fértil sobre los derechos en la consulta Preconcepcional y la sentencia C55 interrupción voluntaria del embarazo antes de la semana 24 de gestación. por la Gestora de Bienestar Integral Erly Rojas Doncel.

Cuando se detectan los factores de riesgo, las mujeres deben acudir a las citas programadas y de forma inmediata por urgencias cuando presenten síntomas de alarma como:

- Dolor de cabeza intenso que no desaparece o empeora con el tiempo.
- Mareos o desmayos.
- Cambios en la visión.
- Fiebre de 38°c o más alta.
- Hinchazón extrema de las manos o la cara.
- Pensamientos acerca de hacerse daño o hacerle daño al bebé
- Dificultad para respirar
- Dolor en el pecho o latidos cardiacos acelerados
- Náuseas y vómitos intensos
- Dolor abdominal fuerte que no desaparece
- Movimientos del bebé que cesan o disminuyen durante el embarazo
- Sangrado o pérdida de líquido vaginal durante el embarazo
- Sangrado o pérdida de líquido vaginales después del embarazo
- Hinchazón, enrojecimiento o dolor considerables en una pierna o un brazo
- Cansancio extremo.

Se les recuerda que las gestantes son un grupo prioritario a quienes de ninguna forma les podrá ser negada la atención, sin importar la EPS a la que pertenezca.

enfermedades trasmitidas por vectores y zoonosis
durante la aplicación de la ficha familiar se realiza la observación de los factores de riesgo de la vivienda y el entorno tales como los depósitos de agua, las albercas, las condiciones higiénicas de la vivienda, el uso de toldillo angeos, mallas y mosquiteros.
La tenencia adecuada de mascotas y la verificación de los carnets de vacunación.
De acuerdo a los hallazgos con cada familia se brinda una información sobre los vectores con conceptos básicos como dengue, vector, reservorio, transmisor, signos de alarma, signos y síntomas de la enfermedad dengue, higiene de la vivienda recolección de inservibles y limpieza de tanques.

Síntomas de enfermedad transmitida por vectores

- Fiebre moderada o alta de comienzo súbito.
- Malestar general.
- Dolor de cabeza.
- Escalofríos.
- Erupción maculopapular y petequial en palmas y plantas de extremidades.
- Náuseas y vómitos.

Signos de alarma para acudir al médico por urgencias

- Sangrado nasal o incontrolable
- Debilidad general
- Erupción cutánea
- Fiebre mayor a 39°
- Dolor cefalea o de cuerpo general

Actividades de prevención en el hogar

- No dejar agua reposada en materas después de rociar las plantas
- Mantener totalmente tapados los recipientes en los que almacenes agua
- Si almacenas agua en albercas, canecas u otros recipientes grandes, lávalos y cepilla las paredes de las mismas cada 8 días y de ser posible manténlas tapadas
- Si usas floreros lávalos y cámbiales el agua al menos cada 6 días o colócales gotas de cloro
- Mantener el patio libre de objetos que puedan almacenar agua, disposición adecuada de llantas, chatarra, limpieza de canales de agua lluvia, charcos, depósitos de agua limpia, tapas, y otros

- Recoger basuras y residuos sólidos en predios y lotes baldíos, mantén el patio limpio
- Eliminar todos los criaderos de mosquitos dentro y fuera de tu casa, como materas, floreros, y otros. Así mismo, en donde habitualmente puede estar tu familia como parques, escuelas, colegios, lugares de trabajo, entre otros.

Recomendaciones para la tenencia de mascotas en el hogar

- Tener las mascotas fuera del espacio donde la familia duerme o come
- Mantener la mascota limpia, revisar la piel sobre todo de los perros que no tenga lesiones o presencia de garrapatas y pulgas
- Llevarla al veterinario para la esterilización, vacunación y control
- Manejar con precaución las heces fecales
- Acudir al médico en caso de alguna lesión ocasionada por alguna mascota para verificación y seguimiento tanto del animal como de la persona afectada.

FIEBRE AMARILLA

La fiebre amarilla es una enfermedad viral hemorrágica aguda que es endémica en áreas tropicales de África y de América Central y del Sur. El "amarillo" en el nombre de fiebre amarilla se refiere a la ictericia que afecta a algunos pacientes.

Una vez contraído, el virus de la fiebre amarilla incuba en el cuerpo durante 3 a 6 días. Muchas personas no experimentan síntomas, pero cuando estos ocurren, los más comunes son fiebre, dolor muscular con prominente dolor de espalda, dolor de cabeza, pérdida de apetito y náuseas o vómitos. En la mayoría de los casos, los síntomas desaparecen después de 3 a 4 días. Sin embargo, un pequeño porcentaje de pacientes entra en una segunda fase más tóxica dentro de las 24 horas posteriores a la recuperación de los síntomas iniciales. La fiebre alta regresa y varios sistemas del cuerpo se ven afectados, generalmente el hígado y los riñones. En esta fase, es probable que las personas desarrollen ictericia (coloración amarillenta de la piel y los ojos, de ahí el nombre "fiebre amarilla"), orina oscura y dolor abdominal con vómitos. Puede ocurrir sangrado de la boca, nariz, ojos o estómago. La mitad de los pacientes que entran en la fase tóxica mueren dentro de 7 a 10 días.

Un buen tratamiento de apoyo temprano en hospitales mejora las tasas de supervivencia. Actualmente no existe un medicamento antiviral específico para la fiebre amarilla, pero

	la atención específica para tratar la deshidratación, la insuficiencia hepática y renal, y la fiebre mejora los resultados La vacunación es la medida preventiva más importante contra la fiebre amarilla. La vacuna contra la fiebre amarilla se ha utilizado durante décadas y es segura, asequible y altamente efectiva. **HIGIENE ORAL** Una buena salud oral le ayuda a disfrutar de la vida. Le permite hablar con claridad; saborear, masticar y tragar alimentos deliciosos y nutritivos; y mostrar sus sentimientos a través de expresiones faciales como sonreír. Si protege su salud oral con buenas prácticas de higiene oral (como el cepillado y el uso de la seda dental), aumentará la probabilidad de conservar los dientes durante toda su vida. **Cepíllese los dientes** Para mantener los dientes sanos, es importante eliminar la placa dental, una capa pegajosa y sin color compuesta por bacterias. La acumulación de placa puede causar caries y enfermedad de las encías ***Consejos para el cepillado:*** • Use pasta de dientes con flúor. El flúor es lo que protege los dientes de la caries. Previene la caries al fortalecer la superficie externa dura del diente, llamada esmalte. • Incline las cerdas hacia la línea de las encías para que limpien entre las encías y los dientes. • Cepille suavemente con movimientos circulares pequeños. No frote con fuerza de un lado a otro. • Cepille todos los lados de cada diente. • Cepille la lengua. Y, recuerde reemplazar su cepillo de dientes cuando las cerdas se desgasten.
Hallazgos y Conclusiones	❖ Las familias visitadas casi no realizan actividades de recreación y deporte por falta de tiempo y dinero necesarios para transporte,

	entradas a un parque recreacional, los hombres se dedican al trabajo las mujeres a las tareas del hogar y los jóvenes y niños a estudiar y ver videos de celular o televisión. ❖ En la zona rural hay espacios de recreación y deporte como la cancha de futbol donde se reúnen en encuentros deportivos.	
Aportes y Sugerencias	❖ Brindar alternativas de ocupación del tiempo libre y recreación como retomar los cuentos, rompecabezas, el lazo, salir en bicicleta o caminatas de familia. ❖ Se motiva a las familias a acudir masivamente a vacunarse con biológicos como la fiebre amarilla y la influenza.	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	x
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	x
	Videos	
	Otros ¿cuál? Folletos y conversatorio	x

Eliana Hernandez

ELIANA CAROLINA HERNANDEZ
Cargo: Auxiliar de enfermería PIC
Municipio de Ricaurte

ANDREA CORDOBA
Coordinador enlace PIC
Municipio de Ricaurte

ZULMA JASLEYDI JAUREGUI VELANDIA
Coordinadora PIC
Municipio de Ricaurte

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

REGISTRO FOTOGRAFICO













Folletos educativos





Gobernación de CUNDINAMARCA

Ricaurte

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 4
REGISTRO DE ASISTENCIA A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS	Fecha de Aprobación: 24 de marzo de 2023

Señor Ciudadano, autoriza a la Gobernación de Cundinamarca a utilizar sus datos personales para fines informativos exclusivamente en cumplimiento de la misión de la entidad, de conformidad con las disposiciones de la Ley 1581 de 2012, ley de protección de datos y el Decreto 1377 de 2013 que la reglamenta parcialmente. Así mismo, si desea ejercer sus derechos de conocer, actualizar, rectificar o suprimir sus datos, lo puede solicitar a través del correo electrónico habeasdata@saludpublica.gov.co"

1.MUNICIPIO: Ricaurte

2.LUGAR: Casa a Casa

3.RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos): Edwin Hurtado

4.Tipo de Identificacion: CC Número: 20876.643 Firma

No.	NOMBRES Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN TIPO 1. C.C 2. T.I 3. RC 4. OTRO (ver instructivo)	IDENTIFICACIÓN N°	ENTORNO 1.Hogar 2. Comunitario 3. Laboral 4. Educativo 5. Institucional	SEXO 1. Masculino 2. Femenino	FECHA DE NACIMIENTO Dia / Mes / Año	EDAD	AFILIACION SALUD 1. Contributivo 2. Subsidiado 3. Excepción 4,Especial 5. No asegurado	POBLACIÓN CON ENFOQUE DIFERENCIAL 1. Indígena 2.Afro 3. Palenquero 4. Raizal 5. ROM 6.Migrante. 7.PVCA	DISCAPACIDAD 1. Fisica 2.Auditiva 3. Visual 4.Sordera 5.Intelectual 6. Mental 7.Múltiple	POBLACION VULNERABLE 1. PPL 2.Habitante Calle 3.LGBTIQ+ 4.Personas en situación de prostitución 5.Usuarios de drogas Inyectables	EMBARAZADA 1.SI 2. No	OCUPACION U OFICIO	LUGAR DE VIVIENDA 1. Rural Disperso 2.Cabecera Municipal. 3. Centro poblado	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CODIGO CUPS INTERVENCIONES COLECTIVAS	FIRMA
1	Hermindo Rodriguez Arias	T	5189437	1	2	2/2/68	57	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	313286 4536	I0604	Hermindo Rodriguez
2	Angie Paola Rodriguez Rubio	T	1069179 253	1	2	5-397	28	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	310843 5171	I0604	Angie Rodriguez
3	Diana marcela Rivera Cuervo	T	530807 25	1	2	28/12/83	41	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	321995 7361	I0604	Diana Riveras
4	Consuelo Duarte Luna	T	20875905	1	2	1/6/70	54	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	310336 7164	I0604	Consuelo
5	Luis Octavio Corona Palencia	T	11310812	1	1	22/10/64	60	1	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	310336 7164	I0604	Luis Octavio
6	Erika Yurimi Gomez Duarte	T	1069178 082	1	2	26/4/96	29	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	316 661 5593	I0604	Erika Gomez
7	Judy Astrid sanchez Concha	T	30009059	1	2	04/2/89	46	1	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	314323 9022	I0604	Judy Astrid S.C
8	martha lucia suarez Gomez	T	39684371	1	2	2/3/64	61	1	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	311288 6435	I0604	
9	Yineth Paola Cortes Hurtado	T	1082803 506	1	2	24/11/88	36	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	313570 4420	I0604	
10	Katherine Gutierrez Cortes	T	1082802 980	1	2	7/10/05	19	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el pueblo	313570 4470	I0604	Katherine Gutierrez

Edi 2

Gobernación de CUNDINAMARCA — Ricaurte

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 4
REGISTRO DE ASISTENCIA A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS	Fecha de Aprobación: 24 de marzo de 2023

Señor Ciudadano, autoriza a la Gobernación de Cundinamarca a utilizar sus datos personales para fines informativos exclusivamente en cumplimiento de la misión de la entidad, de conformidad con las disposiciones de la Ley 1581 de 2012, ley de protección de datos y el Decreto 1377 de 2013 que la reglamenta parcialmente. Así mismo, si desea ejercer sus derechos de conocer, actualizar, rectificar o suprimir sus datos, lo puede solicitar a través del correo electrónico habeasdata@saludpublica.gov.co"

1.MUNICIPIO: Ricaurte

2.LUGAR: Casa a Casa

3.RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos): Edwin Hurtado

4.Tipo de identificacion: CC Número: 20876 1643 Firma Edwin Hurtado

No.	NOMBRES Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN TIPO 1. C.C 2. T.I 3. RC 4. OTRO (y ver instructivo)	IDENTIFICACIÓN N°	ENTORNO 1.Hogar 2. Comunitario 3. Laboral 4. Educativo 5. Institucional	SEXO 1. Masculino 2. Femenino	FECHA DE NACIMIENTO Dia / Mes / Año	EDAD	AFILIACION SALUD 1. Contributivo 2. Subsidiado 3. Excepción 4,Especial 5. No asegurado	POBLACIÓN CON ENFOQUE DIFERENCIAL 1. Indígena 2.Afro 3. Palenquero 4. Raizal 5. ROM 6.Migrante. 7.PVCA	DISCAPACIDAD 1. Fisica 2.Auditiva 3. Visual 4.Sordera 5.Intelectual 6. Mental 7.Múltiple	POBLACION VULNERABLE 1. PPL 2.Habitante Calle 3.LGBTIQ+ 4.Personas en situación de prostitución 5.Usuarios de drogas inyectables	EMBARAZADA 1.SI 2. No	OCUPACION U OFICIO	LUGAR DE VIVIENDA 1. Rural Disperso 2.Cabecera Municipal. 3. Centro poblado	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CODIGO CUPS INTERVENCIONES COLECTIVAS	FIRMA
1	Laura Valentina Moreno Diaz	1	1105677266	1	2	3/10/04	20	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el paso	3219430305	D0601	Laura Moreno
2	Juan Carlos Duarte Luna	1	80493241	1	1	12/6/75	49	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	3209941204	D0604	Juan Carlos Duarte
3	Esquibel de Jesus Cardenas Parra	1	3150461	1	1	18/4/56	69	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el paso	3123931650	D0604	Jesus Cardenas
4	Ramona Sanchez Robledo	1	20875412	1	2	14/6/61	63	2 Fallon	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el paso	3123931650	D0604	Ramona S. R.
5	Aucilyn Dayana Cadiel Majet	1	1168999750	1	2	26/11/99	27	1	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	3143109030	D0604	Dayana Cadiel
6	Jose Luis Algesiro Ortiz	1	96333413	1	1	19/5/82	43	1	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	3194668576	D0604	
7	Jose Alonso Cardenas Gutierrez	1	1069177479	1	1	4-9-84	40	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	3144319663	D0604	Jose Alonso Cardenas
8	Arbey Cardenas Gutierrez	1	80493678	1	1	19-10-82	42	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	3144319663	D0604	Arbey Cardenas
9	Jhonatan Cardenas Gutierrez	1	1069176433	1	1	9-4-88	37	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	3144319663	D0604	Jhonatan Cardenas.
10	Michael Cardenas Sanchez	1	1069174959	1	1	2-5-88	46	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	3144311650	D0604	Michael C

(2) 38

Edu 3

Gobernación de CUNDINAMARCA

Ricaurte

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 4
REGISTRO DE ASISTENCIA A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS	Fecha de Aprobación: 24 de marzo de 2023

Señor Ciudadano, autoriza a la Gobernación de Cundinamarca a utilizar sus datos personales para fines informativos exclusivamente en cumplimiento de la misión de la entidad, de conformidad con las disposiciones de la Ley 1581 de 2012, ley de protección de datos y el Decreto 1377 de 2013 que la reglamenta parcialmente. Así mismo, si desea ejercer sus derechos de conocer, actualizar, rectificar o suprimir sus datos, lo puede solicitar a través del correo electrónico habeasdata@saludpublica.gov.co"

1.MUNICIPIO: Ricaurte

2.LUGAR: Casa a Casa

3.RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos): Edwin Ramos

4.Tipo de identificacion: CC Número: 20876443 Firma

No.	NOMBRES Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN TIPO (1. C.C 2. T.I 3. RC 4. OTRO (y ver instructivo))	IDENTIFICACIÓN N°	ENTORNO (1.Hogar 2. Comunitario 3. Laboral 4. Educativo 5. Institucional)	SEXO (1. Masculino 2. Femenino)	FECHA DE NACIMIENTO Dia / Mes / Año	EDAD	AFILIACION SALUD (1. Contributivo 2. Subsidiado 3. Excepción 4.Especial 5. No asegurado)	POBLACIÓN CON ENFOQUE DIFERENCIAL (1. Indígena 2.Afro 3. Palenquero 4. Raizal 5. ROM 6.Migrante. 7.PVCA)	DISCAPACIDAD (1. Fisica 2.Auditiva 3. Visual 4.Sordera 5.Intelectual 6. Mental 7.Múltiple)	POBLACION VULNERABLE (1. PPL 2.Habitante Calle 3.LGBTIQ+ 4.Personas en situación de prostitución 5.Usuarios de drogas Inyectables)	EMBARAZADA (1.SI 2. No)	OCUPACION U OFICIO	LUGAR DE VIVIENDA (1. Rural Disperso 2.Cabecera Municipal. 3. Centro poblado)	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CODIGO CUPS INTERVENCIONES COLECTIVAS	FIRMA
1	Yami Ducuara Gonzalez	1	20876 418	1	2	21-4 1984	41	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	318 795 75119	I10604	Yamiducuara Gonzal.
2	Luis carlos cediel	1	17615 496	1	1	3-8 1968	56	1	17	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	320282 0535	I10604	CC
3	Norberto Gomez Uribe	1	5873 709	1	1	10-6 1969	55	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	316661 5593	I10604	Norberto Gomez U
4	Nelly Duarte Luna	1	28657 574	1	2	27-4 1970	55	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	316661 5593	I10604	Nelly Duarte
5	Frankli Norberto Gomez	1	1069178 581	1	1	1-7 1997	27	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	310493 7729	I10604	Franklin Gomez
6	Adela Flores Diaz	1	3769 7410	1	2	6-3 1981	44	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	316453 7729	I10604	Adela Flores
7	Leidy Yohana Zarazo Valderrama	1	20876 181	1	2	13-7 1981	43	1	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	320331 8507	I10604	Leidy Zarazo
8	Alexander ovalle	1	80016 109	1	1	30-7 1977	47	1	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	El paso	3046028 117	I10604	Alexander O.
9	Mayra Alexandra Ovalle Zarazo	1	1141316 181	1	2	20-3 2007	18	1	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	El paso	3046028 117	I10604	Mayra A O
10	Maria Priscila Duarte Luna	1	29556 561	1	2	22-2 1963	62	2	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	El paso	320407 9238	I10604	Priscila Duarte

(3) 388

Edo 4

Gobernación de Cundinamarca — Ricaurte

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 4
REGISTRO DE ASISTENCIA A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS	Fecha de Aprobación: 24 de marzo de 2023

Señor Ciudadano, autoriza a la Gobernación de Cundinamarca a utilizar sus datos personales para fines informativos exclusivamente en cumplimiento de la misión de la entidad, de conformidad con las disposiciones de la Ley 1581 de 2012, ley de protección de datos y el Decreto 1377 de 2013 que la reglamenta parcialmente. Así mismo, si desea ejercer sus derechos de conocer, actualizar, rectificar o suprimir sus datos, lo puede solicitar a través del correo electrónico habeasdata@saludpublica.gov.co"

1.MUNICIPIO: Ricaurte

2.LUGAR: Casa a Casa

3.RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos): Eliana Hurtado

4.Tipo de Identificacion: C.C Número: 20 876.443 Firma Eliana Hurtado

No.	NOMBRES Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN TIPO (1. C.C 2. T.I 3. RC 4. OTRO (y ver instructivo))	IDENTIFICACIÓN N°	ENTORNO (1.Hogar 2. Comunitario 3. Laboral 4. Educativo 5. Institucional)	SEXO (1. Masculino 2. Femenino)	FECHA DE NACIMIENTO Dia / Mes / Año	EDAD	AFILIACION SALUD (1. Contributivo 2. Subsidiado 3. Excepción 4,Especial 5. No asegurado)	POBLACIÓN CON ENFOQUE DIFERENCIAL (1. Indígena 2.Afro 3. Palenquero 4. Raizal 5. ROM 6.Migrante. 7.PVCA)	DISCAPACIDAD (1. Fisica 2.Auditiva 3. Visual 4.Sordera 5.Intelectual 6. Mental 7.Múltiple)	POBLACION VULNERABLE (1. PPL 2.Habitante Calle 3.LGBTIQ+ 4.Personas en situación de prostitución 5.Usuarios de drogas Inyectables)	EMBARAZADA (1.SI 2. No)	OCUPACION U OFICIO	LUGAR DE VIVIENDA (1. Rural Disperso 2.Cabecera Municipal. 3. Centro poblado)	DIRECCIÓN	TELÉFONO	CODIGO CUPS INTERVENCIONES COLECTIVAS	FIRMA
1	Ivan Guitan Sanchez	1	80493266	1	1	23-11-78	46	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	312393 1650	I10604	Ivan G
2	Jose Gilberto Hurtado Cuta	1	21313599	1	1	9/11/64	61	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	313398 3372	I10604	J H
3	Belquis Guijarro Bustamante	1	3150460	1	1	3/7/55	70	2	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	314403 7046	I10604	Belquis Santa
4	Luz Marina Moreno Zapata	1	51818485	1	2	3/8/65	59	1	N/A	N/A	N/A	2	Hogar	1	el paso	320598 6989	I10604	Luz Marina
5	Cristian Manuel Arrego Moreno	1	1088315 346	1	1	19/2/94	31	1	N/A	N/A	N/A	2	otro	1	el paso	320598 6989	I10604	Cristian M.
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		

389

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

INFORME CUALICUANTITATIVO

EDAD	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
0 a 5 años	0	0	0
6 a 11 años	0	0	0
12 a 17 años	0	0	0
18 a 28 años	1	5	6
29 a 59años	12	10	22
60 y más años	4	3	7
TOTAL	17	18	35

- **PARTICIPANTES, RESIDENCIA Y SEXO**

RESIDENCIA	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
URBANA	0	0	0
RURAL	17	18	35
TOTAL	17	18	35

- **PARTICIPANTES, ASEGURAMIENTO Y SEXO**

ASEGURAMIENTO	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
SUBSIDIADO	10	11	21
CONTRIBUTIVO	7	7	14
SIN AFILIACION	0	0	0
REGIMEN ESPECIAL	0	0	0
TOTAL	17	18	35

- **PARTICIPANTES DE POBLACIONES ESPECIALES**

AFRODECENDIENTES	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
ROM	0	0	0
DISCAPACIDAD	0	0	0
VICTIMAS DE CONFLICTO ARMADO	0	0	0
REINSERTADOS	0	0	0
LGBTI	0	0	0
MIGRANTES	0	0	0
TOTAL	0	0	0

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

ACTA DE REUNION

MUNICIPIO DE RICAURTE		
Actividad 7	Fecha de realización: Del 16 al 28 de Mayo 2025	Hora: De 8AM a 3PM
Tema tratado Realizar acciones de información a las familias visitadas, con el fin de promover la salud y la cultura de autocuidado para la detección temprana de riesgos asociados a: enfermedades prevalentes de la infancia enfocado AIEPI. Materno-perinatal, salud ambiental(enfermedades zoo noticas y enfermedades trasmitidas por vectores), salud mental y convivencia social, sexualidad y derechos sexuales y reproductivos, vida saludable, enfermedades transmisibles, enfermedades crónicas no transmisibles(canceres, HTA y diabetes) promoción de la higiene y la salud bucal salud en el entorno laboral, gestión diferencial de las poblaciones vulnerables acerca de deberes y derechos en salud(indígenas, negros, afrodescendientes raizales palanqueros NARP Y ROM o gitanos, discapacidad.		
Grupo beneficiario: Población general		
Lugar	# Población programada	# Población cubierta:
Microterrotorio Manuel sur	30 FAMILIAS	60 PERSONAS
Objetivo General	❖ Informar en el entorno hogar al 100% de las familias visitadas, sobre factores protectores en estilos de vida saludable y hábitos de actividad física y educación en prevención en salud diferentes temas.	
Objetivos Específicos	❖ Realizar actividades de recreación y deporte que permitan la prevención de enfermedades del sedentarismo y mejorar la salud de la población. ❖ Fomentar hábitos de vida saludable en el ámbito personal, laboral y social. ❖ Promover la adopción de estilos de vida saludables en las familias visitadas, a través de la información brindada sobre los factores protectores y hábitos de actividad física.	

	❖ Fomentar la conciencia sobre la importancia de mantener una buena salud a través de la práctica regular de actividad física y la adopción de hábitos saludables en el hogar. ❖ Contribuir a la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, como la obesidad, la diabetes y las enfermedades cardiovasculares, promoviendo estilos de vida saludables en las familias visitadas.		
Recursos Utilizados	Técnicos Aplicativo en móvil celular	Humanos Auxiliar de enfermería	Material Folletos, rota folio otros formatos para test
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	Durante las visitas familiares realizadas del 16 al 28 de mayo en el Micro territorio Manuel sur por la auxiliar de enfermería ERLY ROJAS DONCEL se brindó información a la población en general en modos condiciones y estilos de vida saludable, con el uso del folleto ilustrativo y conversatorio con los integrantes de la familia. Se realiza el abordaje del tema mediante el establecimiento de un dialogo a manera de indagatoria sobre los factores positivos observables y se desarrolla el tema con el apoyo del folleto, mediante el cual se explican los conceptos básicos así: **DESARROLLO DE LA TEMATICA** **¿Qué son los estilos de vida Saludables?** Son todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social. **¿Cuáles son los 7 hábitos de una vida saludable?** Hacer actividad física periódicamente Elegir adecuadamente los alimentos que se debe consumir Evitar o dejar de fumar Evitar o reducir el consumo de bebidas alcohólicas Cuidar la salud mental		

	Hidratarse durante el día y noche Cuidar las encías Los estilos de vida saludable hacen referencia a un conjunto de comportamientos o actitudes cotidianas las personas, para mantener su cuerpo y mente que realizan de una manera adecuada. Los estilos de vida están relacionados con los patrones de consumo del individuo en su alimentación, de tabaco, así como con el desarrollo o no de actividad física, los riesgos del ocio en especial el consumo de alcohol, drogas y otras actividades relacionadas y el riesgo ocupacional. Los cuales a su vez son considerados como factores de riesgo o de protección, dependiendo del comportamiento, de enfermedades Satisfacción de las necesidades. transmisibles como de las no transmisibles (Diabetes, Enfermedades Cardiovasculares, Cáncer, entre otras). ¿Qué relación tiene la Calidad de Vida con los Estilos de Vida Saludables? La calidad de vida está relacionada con los siguientes aspectos: Satisfacción en las actividades diarias Logro de metas en la vida. Autoimagen y la actitud hacia la vida. Participación de factores personales y socio ambientales. ASPECTOS POSITIVOS DE MANTENER UNOS BUENOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE • Promover la convivencia solidaridad tolerancia y negociación. • Tener sentido de vida, objetivos de vida y plan de acción. • Brindar afecto y mantener la integración social familiar. • El autocuidado

- Controlar factores de riesgo como obesidad y vida sedentaria, tabaquismo, alcoholismo abuso de medicamentos estrés y algunas patologías como hipertensión y diabetes.
- Realizar actividades deportivas en tiempo libre y disfrutar del ocio.
- Mantener la autoestima, el sentido de pertinencia y la identidad.

Por lo cual siempre se debe propender el logro de los estilos de vida saludable en cualquier grupo de edad.

CONCEPTOS BASICOS

CANCER DE SENO

El cáncer es un incremento descontrolado en la proliferación continua de células anormales con capacidad de invasión y construcción de otros tejidos.

Las alteraciones genéticas pueden ser heredadas entre 5 y 10% tienen un origen hereditario, el cáncer de seno no es contagioso.

FACTORES DE RIESGO

- La edad más frecuente entre mujeres de 35 a 70 años
- Menarquia antes de 11 años
- Menopausia después de los 54 años o antes de 45 años.
- No tener hijos
- Primer hijo después de 25 años y después de 40 años 3 veces mayor.
- El riesgo disminuye por cada año de retardo en la menarquia
- Lactancia por más de 6 meses reduce el riesgo
- Anticonceptivos orales aumenta el riesgo
- Historial familiar de cáncer de seno de la madre, o hermana o hija antes de 50 años
- Dieta rica en grasa animal por la producción de estrógenos
- Obesidad riesgo pos menopausia
- Alcohol relacionado con el aumento del riesgo
- Estrés
- Fumar

FACTORES PROTECTORES

- Aumento en el consumo de fibra en los alimentos como frutas, vegetales cereales integrales y las leguminosas
- Vitamina E: en aceites vegetales, nueces, cacahuates o maní, aguacate, zanahoria, pimientos y tomates.
- Vitamina c: limones, naranjas, kiwi, fresas
- Selenio y zinc: en hongos, cereales integrales, leguminosas, levadura de cerveza.
- Antioxidantes el té, frutas y vegetales, incluyendo algunas vitaminas.

- ❖ Ejercicio
- ❖ Lactancia.

RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCION DEL CANCER DE SENO

- ❖ Auto examen mensual
- ❖ Examen clínico anual
- ❖ Ejercicio regular, tres veces por semana, cada sesión durante 40 minutos mínimo.
- ❖ Aumentar el periodo de la lactancia
- ❖ Dieta rica en fibra, aceite de pescado o vegetales, fito estrógenos(vegetales verdes de hoja ancha, leguminosas, soja etc.)

AUTO EXAMEN DE SENO

Información
El mejor momento para hacerse un autoexamen mensual de las mamas es más o menos de 3 a 5 días después del comienzo del periodo. Hágalo siempre al mismo momento cada mes. Las mamas no están tan sensibles o con protuberancias en ese tiempo en su ciclo menstrual.

Si usted ha llegado a la menopausia, realícese el examen el mismo día todos los meses.
Empiece por acostarse boca arriba. Es más fácil examinarse todo el tejido mamario si está acostada.

Coloque la mano derecha por detrás de la cabeza. Con los dedos del medio de la mano izquierda presione suave pero con firmeza haciendo movimientos pequeños para examinar toda la mama derecha.

Luego, estando sentada o de pie, palpe la axila, ya que el tejido mamario se extiende hasta esta zona.

Presione suavemente los pezones, verificando si hay secreción. Repita el proceso en la mama izquierda.

Utilice uno de los patrones que se muestran en el diagrama para constatar que esté cubriendo todo el tejido mamario.

Luego, párese frente a un espejo con los brazos a los lados.

Mire las mamas directamente y en el espejo. Busque cambios en la textura de la piel, como hoyuelos, arrugas, abolladuras o piel que luzca como cáscara de naranja.

Igualmente observe la forma y el contorno de cada mama.

Revise para ver si el pezón está hundido.



Autoexamen de seno: Inspección manual (recostada)

Con las puntas de los dedos juntas, palpar con gentileza cada seno en una de estas tres direcciones

A.D.A.M.

Haga lo mismo con los brazos elevados por encima de la cabeza.

Su objetivo es acostumbrarse a sentir sus senos. Esto le ayudará a encontrar algo nuevo o diferente. Si lo hace, comuníquese con su proveedor de inmediato.

CANCER DE PROSTATA

El cáncer de próstata es el cáncer que se forma en la próstata. En los hombres, la próstata es una glándula pequeña con forma de nuez, que produce el líquido seminal que nutre y transporta el esperma.

Síntomas

El cáncer de próstata puede no provocar signos ni síntomas en sus primeros estadios.

El cáncer de próstata que está más avanzado puede causar signos y síntomas como:

- Problemas para orinar
- Disminución en la fuerza del flujo de la orina
- Sangre en la orina
- Sangre en el semen
- Dolor de huesos
- Pérdida de peso sin intentarlo
- Disfunción eréctil

Factores de riesgo

Los factores que pueden aumentar el riesgo de cáncer de próstata son los siguientes:

- **Edad avanzada.** El riesgo de tener cáncer de próstata aumenta con la edad. Es más frecuente después de los 50 años de edad.
- **Raza.** Por razones que aún no se han determinado, los hombres afroamericanos tienen un mayor riesgo de cáncer de próstata que los de otras razas. En los afroamericanos, el cáncer de próstata también tiene más probabilidades de ser agresivo o avanzado.
- **Antecedentes familiares.** Si se ha diagnosticado con cáncer de próstata a un familiar cercano, como un padre, hermano o hijo, quizás tu riesgo sea más alto. También, si tienes antecedentes familiares de genes que aumentan el riesgo para cáncer de mama (BRCA1 o

BRCA2) o antecedentes familiares significativos de cáncer de mama, tu riesgo para cáncer de próstata quizás sea más alto.

- **Obesidad.** Las personas obesas quizás estén a un riesgo más alto de padecer cáncer de próstata, comparadas con las que se considera están a un peso saludable, aunque los estudios han producido resultados mixtos. En las personas obesas, es más probable que el cáncer sea más agresivo o o que recurra después del tratamiento inicial.

Prevención

Puedes reducir el riesgo de padecer cáncer de próstata de la siguiente manera:

- **Sigue una dieta saludable con muchas frutas y verduras.** Come una variedad de frutas, verduras, y cereales integrales. Las frutas y los vegetales contienen muchas vitaminas y nutrientes que pueden contribuir a mejorar tu salud.

  Aún debe probarse de manera concluyente si puedes evitar el cáncer de próstata a través de la dieta. Pero seguir una dieta saludable con una variedad de frutas y verduras puede mejorar el estado de tu salud en general.

Conceptos básicos enfermedades cronicas

El metabolismo es el resultado de todas las reacciones químicas que se realizan a nivel de las células de nuestro cuerpo. Esto, con el objetivo de convertir los alimentos que consumimos en energía. La alteración de estas reacciones químicas interrumpe el metabolismo, causando la **enfermedad metabólica**

Una **enfermedad metabólica** tiene diferentes orígenes, puede ser por la dificultad para degradar los aminoácidos, carbohidratos o lípidos, o bien porque se ve afectada directamente la producción de energía.

Principales enfermedades metabólicas:

Sobrepeso y obesidad

Causadas por el almacenamiento anormal o excesivo de la grasa corporal. Se desarrollan por múltiples factores, como biológicos, psicosociales, económicos, y ambientales.

Diabetes mellitus

Es una de las **enfermedades crónicas** más comunes, se caracteriza por niveles altos de azúcar en sangre. Se puede presentar por deficiencia completa o parcial de la producción y/o efecto de la insulina (OPS, S.f.).

Dislipidemias

También conocida como **hiperlipidemia**, es la elevación de los lípidos en sangre. Ya sea el colesterol total mayor a 200 miligramos por decilitro de sangre (mg/dL), colesterol LDL mayor a 100 mg/dL, triglicéridos mayores a 150 mg/dL; o bien colesterol HDL (colesterol bueno) menor de 40 mg/dL (CUN, 2020).

Hipertensión arterial

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes arteriales, para que estas la hagan llegar a todos los tejidos del cuerpo.

Y definen hipertensión arterial, cuando los siguientes valores están elevados de manera repetida, en varias visitas médicas.

- Presión sistólica mayor o igual a 130 mmHg y/o
- Y presión diastólica mayor o igual a 80 mmHg (Hipertensión, 2018).

Factores de riesgo para desarrollar enfermedad metabólica

- Antecedentes familiares.
- Malos hábitos alimenticios.
- Inactividad física o sedentarismo.
- Consumo de tabaco.
- Ingesta excesiva de alcohol.
- Exposición prolongada al estrés.
- El envejecimiento.

Tratamiento de la enfermedad metabólica

Así como el diagnóstico de cada **enfermedad metabólica** es individualizado, el tratamiento también lo es. De modo general, para cada **enfermedad metabólica** consiste en dos partes: no farmacológica y farmacológica.

La no farmacológica

Es la primera opción, puede usarse sola para el manejo inicial de la **enfermedad metabólica**. Además, es la mejor forma de prevenir su desarrollo.

se brinda la información a las mujeres en edad fértil sobre los derechos en

	la consulta Preconcepcional y la sentencia C55 interrupción voluntaria del embarazo antes de la semana 24 de gestación. por la Gestora de Bienestar Integral Erly Rojas Doncel. Cuando se detectan los factores de riesgo, las mujeres deben acudir a las citas programadas y de forma inmediata por urgencias cuando presenten síntomas de alarma como: • Dolor de cabeza intenso que no desaparece o empeora con el tiempo. • Mareos o desmayos. • Cambios en la visión. • Fiebre de 38°c o más alta. • Hinchazón extrema de las manos o la cara. • Pensamientos acerca de hacerse daño o hacerle daño al bebé • Dificultad para respirar • Dolor en el pecho o latidos cardiacos acelerados • Náuseas y vómitos intensos • Dolor abdominal fuerte que no desaparece • Movimientos del bebé que cesan o disminuyen durante el embarazo • Sangrado o pérdida de líquido vaginal durante el embarazo • Sangrado o pérdida de líquido vaginales después del embarazo • Hinchazón, enrojecimiento o dolor considerables en una pierna o un brazo • Cansancio extremo. Se les recuerda que las gestantes son un grupo prioritario a quienes de ninguna forma les podrá ser negada la atención, sin importar la EPS a la que pertenezca. enfermedades trasmitidas por vectores y zoonosis durante la aplicación de la ficha familiar se realiza la observación de los factores de riesgo de la vivienda y el entorno tales como los depósitos de agua, las albercas, las condiciones higiénicas de la vivienda, el uso de toldillo angeos, mallas y mosquiteros. La tenencia adecuada de mascotas y la verificación de los carnets de vacunación. De acuerdo a los hallazgos con cada familia se brinda una información sobre los vectores con conceptos básicos como dengue, vector, reservorio, transmisor, signos de alarma, signos y síntomas de la enfermedad dengue, higiene de la vivienda recolección de inservibles y limpieza de tanques.

	Síntomas de enfermedad transmitida por vectores • Fiebre moderada o alta de comienzo súbito. • Malestar general. • Dolor de cabeza. • Escalofríos. • Erupción maculopapular y petequial en palmas y plantas de extremidades. • Náuseas y vómitos. Signos de alarma para acudir al médico por urgencias • Sangrado nasal o incontrolable • Debilidad general • Erupción cutánea • Fiebre mayor a 39° • Dolor cefalea o de cuerpo general Actividades de prevención en el hogar • No dejar agua reposada en materas después de rociar las plantas • Mantener totalmente tapados los recipientes en los que almacenes agua • Si almacenas agua en albercas, canecas u otros recipientes grandes, lávalos y cepilla las paredes de las mismas cada 8 días y de ser posible manténlas tapadas • Si usas floreros lávalos y cámbiales el agua al menos cada 6 días o colócales gotas de cloro • Mantener el patio libre de objetos que puedan almacenar agua, disposición adecuada de llantas, chatarra, limpieza de canales de agua lluvia, charcos, depósitos de agua limpia, tapas, y otros • Recoger basuras y residuos sólidos en predios y lotes baldíos, mantén el patio limpio • Eliminar todos los criaderos de mosquitos dentro y fuera de tu casa, como materas, floreros, y otros. Así mismo, en donde habitualmente puede estar tu familia como parques, escuelas, colegios, lugares de trabajo, entre otros. Recomendaciones para la tenencia de mascotas en el hogar • Tener las mascotas fuera del espacio donde la familia duerme o come

- Mantener la mascota limpia, revisar la piel sobre todo de los perros que no tenga lesiones o presencia de garrapatas y pulgas
- Llevarla al veterinario para la esterilización, vacunación y control
- Manejar con precaución las heces fecales
- Acudir al médico en caso de alguna lesión ocasionada por alguna mascota para verificación y seguimiento tanto del animal como de la persona afectada.

FIEBRE AMARILLA

La fiebre amarilla es una enfermedad viral hemorrágica aguda que es endémica en áreas tropicales de África y de América Central y del Sur. El "amarillo" en el nombre de fiebre amarilla se refiere a la ictericia que afecta a algunos pacientes.

Una vez contraído, el virus de la fiebre amarilla incuba en el cuerpo durante 3 a 6 días. Muchas personas no experimentan síntomas, pero cuando estos ocurren, los más comunes son fiebre, dolor muscular con prominente dolor de espalda, dolor de cabeza, pérdida de apetito y náuseas o vómitos. En la mayoría de los casos, los síntomas desaparecen después de 3 a 4 días. Sin embargo, un pequeño porcentaje de pacientes entra en una segunda fase más tóxica dentro de las 24 horas posteriores a la recuperación de los síntomas iniciales. La fiebre alta regresa y varios sistemas del cuerpo se ven afectados, generalmente el hígado y los riñones. En esta fase, es probable que las personas desarrollen ictericia (coloración amarillenta de la piel y los ojos, de ahí el nombre "fiebre amarilla"), orina oscura y dolor abdominal con vómitos. Puede ocurrir sangrado de la boca, nariz, ojos o estómago. La mitad de los pacientes que entran en la fase tóxica mueren dentro de 7 a 10 días.

Un buen tratamiento de apoyo temprano en hospitales mejora las tasas de supervivencia. Actualmente no existe un medicamento antiviral específico para la fiebre amarilla, pero la atención específica para tratar la deshidratación, la insuficiencia hepática y renal, y la fiebre mejora los resultados

La vacunación es la medida preventiva más importante contra la fiebre amarilla. La vacuna contra la fiebre amarilla se ha utilizado durante décadas y es segura, asequible y altamente efectiva.

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

	HIGIENE ORAL Una buena salud oral le ayuda a disfrutar de la vida. Le permite hablar con claridad; saborear, masticar y tragar alimentos deliciosos y nutritivos; y mostrar sus sentimientos a través de expresiones faciales como sonreír. Si protege su salud oral con buenas prácticas de higiene oral (como el cepillado y el uso de la seda dental), aumentará la probabilidad de conservar los dientes durante toda su vida. **Cepíllese los dientes** Para mantener los dientes sanos, es importante eliminar la placa dental, una capa pegajosa y sin color compuesta por bacterias. La acumulación de placa puede causar caries y enfermedad de las encías ***Consejos para el cepillado:*** • Use pasta de dientes con flúor. El flúor es lo que protege los dientes de la caries. Previene la caries al fortalecer la superficie externa dura del diente, llamada esmalte. • Incline las cerdas hacia la línea de las encías para que limpien entre las encías y los dientes. • Cepille suavemente con movimientos circulares pequeños. No frote con fuerza de un lado a otro. • Cepille todos los lados de cada diente. • Cepille la lengua. Y, recuerde reemplazar su cepillo de dientes cuando las cerdas se desgasten.
Hallazgos y Conclusiones	❖ Las familias visitadas casi no realizan actividades de recreación y deporte por falta de tiempo y dinero necesarios para transporte, entradas a un parque recreacional, los hombres se dedican al trabajo las mujeres a las tareas del hogar y los jóvenes y niños a estudiar y ver videos de celular o televisión. ❖ En la zona rural hay espacios de recreación y deporte como la cancha de futbol donde se reúnen en encuentros deportivos.
Aportes y Sugerencias	❖ Brindar alternativas de ocupación del tiempo libre y recreación como retomar los cuentos, rompecabezas, el lazo, salir en bicicleta o caminatas de familia.

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

	❖ Se motiva a las familias a acudir masivamente a vacunarse con biológicos como la fiebre amarilla y la influenza.	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	x
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	x
	Videos	
	Otros ¿cuál? Folletos y conversatorio	x

ERLY ROJAS D.

ERLY ROJAS DONCEL
Cargo: Auxiliar de enfermería PIC
Municipio de Ricaurte

Acuña

ANDREA CORDOBA
Coordinador enlace PIC
Municipio de Ricaurte

ZULMA JASLEYDI JAUREGUI VELANDIA
Coordinadora PIC
Municipio de Ricaurte

Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

REGISTRO FOTOGRAFICO















Ricaurte	PLANIFICACIÓN DEL DESARROLLO INSTITUCIONAL	Código E – PID – FR - 004
		Versión 04
	ACTA DE REUNIÓN	Fecha de Aprobación: 03/05/16

