ESE HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

H 5

PIC
Plan de intervenciones colectivas

La Jagua de Ibirico Cesar, 01 de mayo del 2025

Señora
Maria Selene Corredor Zuleta
Secretaria de la mujer
Coordinadora de las personas mayores del municipio

Asunto:
Cordial saludo y de manera respetuosa nos dirigimos a usted, de parte del grupo interdisciplinar del plan de intervenciones colestivas (PIC), para solicitarles el espacion para realizar unas intervenciones de promocion de la salud y gestion del riesgo desde el mes de abril hasta el mes de diciembre del presente año, de modo que se pueda dar cumplimiento al desarrollo de las actividades propuestas en el plan de intervenciones colectivas (PIC) 2025, orientadas a priorizar acciones a la comunidad del municipio de la Jagua de Ibirico.

A continuacion, menciono las actividades las cuales se quieren desarrollar:

1. Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de vida saludable.

Lugar: barrio camilo torres

Gracias por su colaboracion y disposicion de ayuda.

Recibido

Maleine Esther Cantillo Lobo
Medico general, del plan de intervenciones colectivas (PIC)

ESE HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

PIC
Plan de intervenciones colectivas

PLANEACIÓN

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de vida saludable.

Población para intervenir	Tema	Cronograma	Duración	Objetivo	Metodología	Alcance
Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres	Generalidades de las enfermedades cardiovasculares	8 de abril	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles en las usuarias de familias triunfadoras
Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres	Estrategia cuatro por cuatro	8 de abril	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles

Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres	factores de riesgo asociados a enfermedades cardiovasculares	6 de mayo	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres	principal enfermedad causada por consumo de alcohol (cirrosis hepática)	6 de mayo	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres	principal enfermedad causada por consumo de tabaco (Epoc)	3 de junio	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles

Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres	la hipertensión arterial como consecuencia del consumo de alcohol	3 de junio	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
	las arritmias como consecuencia del consumo de alcohol	02 de julio	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
	La gastritis como consecuencia del consumo de alcohol	02 de julio	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar.	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles

Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	problemas dentales como consecuencia del consumo de tabaco	05 de agosto	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	problemas dentales como consecuencia del consumo de tabaco	05 de agosto	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	Neuropatía alcohólica	02 de septiembre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles

Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	Trastornos cognitivos por consumo de alcohol	02 de septiembre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	generalidades de las enfermedades no transmisibles	07 de octubre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	generalidades de la diabetes	07 de octubre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles

Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	generalidades del asma	05 de noviembre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	Generalidades del cáncer	05 de noviembre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles
Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	estrategias para la prevención del consumo de alcohol y tabaco	02 de diciembre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles

Madres usuarias de fami (familias triunfadoras), vereda sabanas de Ibirico	estrategias para la prevención de enfermedades no transmisibles	02 de diciembre	2 horas	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en las usuarias de familias triunfadoras de la vereda sabanas de ibirico del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar	Diapositivas, folletos y manualidades	Lograr la concientización y disminución de los factores de riesgo del consumo de alcohol y tabaco, además las enfermedades no transmisibles

#5

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 dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de vida saludable.**
FECHA Y LUGAR DE EJECUCIÓN	**03 De Junio del 2025** – Zona urbana, Territorio 5 , Micro territorio 15, barrio Camilo Torres
POBLACIÓN BENEFICIADA	

Género/Sexo:	Femenino: **1**	Masculino: **14**	LGBTI:	TOTAL: **15**
Población por ciclo vital:	Primera Infancia (0-5):	Infancia (6-11):	Adolescencia (12-17):	TOTAL: **15**
	Juventud (18-28):	Adultez (29 -59):	Vejez (mayor de 60): **15**	
Grupo Vulnerable:	PCD:	MCH:	Víctimas:	TOTAL:
	Desplazado:	Reinsertado:		
Grupo Étnico:	Indígena:	Afro:		TOTAL:
OTRO:				

POBLACIÓN OBJETO	PERSONA MAYOR
RESPONSABLE(S) DE LA ESE	EQUIPO BASICO ENFERMERÍA - MEDICO
ACTOR(ES) SOCIAL(ES)	Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres
OBJETIVO GENERAL	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los usuarios de adulto mayor en el barrio camilo torres, del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	Se realizo un encuentro educativo con los usuarios de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres, sobre la hipertensión arterial como consecuencia del consumo de alcohol, inicialmente se repartieron unos folletos con los detalles a explicar. Primero, hablamos sobre la hipertensión arterial como consecuencia del consumo de alcohol, explicando que, la hipertensión arterial es una de las principales enfermedades cardiovasculares y constituye un importante factor de riesgo para complicaciones graves, como accidentes cerebrovasculares, infartos de miocardio e insuficiencia renal. Entre los diversos factores que pueden contribuir al desarrollo de la hipertensión, el consumo excesivo de alcohol se ha identificado como uno de los más significativos, debido a sus efectos directos sobre el sistema cardiovascular. Cuando se consume alcohol en grandes cantidades y de manera regular, el organismo experimenta varios cambios fisiológicos que pueden elevar la presión arterial.

En primer lugar, el alcohol conlleva a el ensanchamiento de los vasos sanguíneos a corto plazo, lo que provoca una expansión temporal de los vasos sanguíneos. Sin embargo, este efecto es transitorio y, con el tiempo, el consumo crónico de alcohol puede llevar a una mayor fuerza a las arterias, lo que incrementa la presión arterial. Además, el alcohol influye en el sistema nervioso autónomo, que regula la función de los vasos sanguíneos y el ritmo cardíaco, aumentando la liberación de hormonas como la adrenalina y la noradrenalina, que estimulan el aumento de la presión arterial. El consumo excesivo de alcohol también puede provocar otros mecanismos que favorecen la hipertensión, como el aumento de la retención de sodio en los riñones y la activación del sistema renina-angiotensina-aldosterona, un sistema hormonal que regula la presión sanguínea y el volumen de sangre. El efecto combinado de estos mecanismos puede resultar en un aumento sostenido de la presión arterial, lo que lleva a la hipertensión crónica.

Es importante destacar que el riesgo de hipertensión relacionado con el alcohol varía según la cantidad consumida. El consumo moderado de alcohol, en general, se asocia con un menor riesgo de hipertensión, pero a medida que se incrementa la cantidad de alcohol, especialmente por encima de los límites recomendados (generalmente no más de una bebida al día para las mujeres y dos para los hombres), el riesgo de desarrollar hipertensión aumenta significativamente. El consumo excesivo y crónico de alcohol no solo eleva la presión arterial, sino que también puede dificultar el control de la hipertensión en personas que ya padecen esta condición, incluso con tratamiento farmacológico.

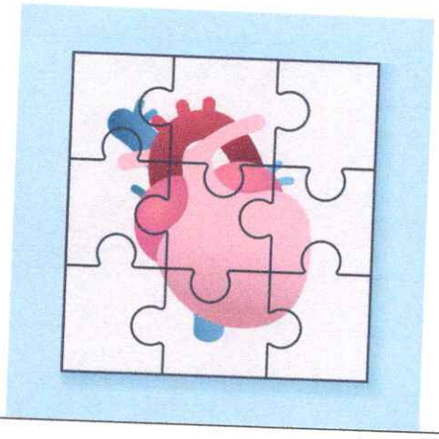
El tratamiento de la hipertensión inducida por el alcohol implica, en primer lugar, la reducción o eliminación del consumo de alcohol. Este cambio de estilo de vida, junto con la adopción de hábitos saludables, como una dieta equilibrada, la práctica regular de ejercicio físico y la reducción del estrés, puede ayudar a controlar la presión arterial. En algunos casos, también puede ser necesario el uso de medicamentos antihipertensivos para mantener la presión arterial dentro de rangos saludables.

En conclusión se dijo que, el consumo excesivo de alcohol es un factor de riesgo importante para el desarrollo de hipertensión arterial. Dado que esta enfermedad no siempre presenta síntomas evidentes, es fundamental realizarse chequeos médicos regulares, especialmente si se tiene un consumo elevado de alcohol, para detectar la hipertensión a tiempo y evitar complicaciones graves. La prevención de la hipertensión incluye la moderación en el consumo de alcohol, así como la adopción de hábitos saludables que contribuyan al bienestar cardiovascular.

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

	Al finalizar se realizó una actividad que consistió en realizar un rompecabezas del corazón, se entregó la figura del corazón la cual debían recortar luego armar, y el primero en ganar debía dar una razón del por qué no podía consumir alcohol, y obtenía un premio. 
PRODUCTOS QUE VALIDAN LA ACTIVIDAD	1. Convocatoria 2. Acta de ejecución 3. Planilla de asistencia 4. Evidencia Fotográfica
CODIGO CUPS:	I11402
REVISADO POR:	Melina Cantillo
CARGO:	Medico
FIRMA:	

ESE HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

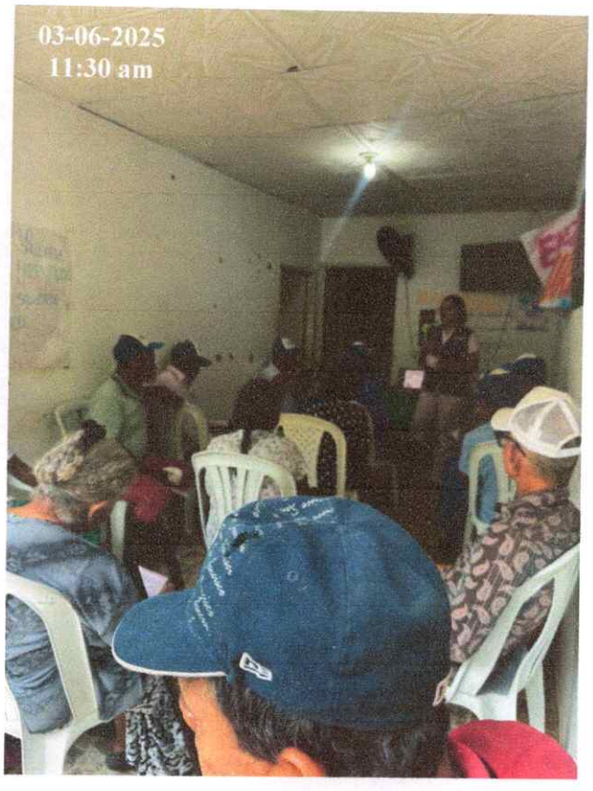
REPÚBLICA DE COLOMBIA
DEPARTAMENTO DEL CESAR
MUNICIPIO LA JAGUA DE IBIRICO

PIC
Plan de intervenciones colectivas

REGISTRO FOTOGRAFICO

NOMBRE DEL EJE ESTRATEGICO: Atención Primaria en Salud
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de vida saludable.





ESE HOSPITAL
JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

#1

PIC
Plan de intervenciones colectivas

PLANILLA DE ASISTENCIA PIC 2025

Fecha: 03-06-25 **Nombre de la actividad:** Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de estas enfocadas en estilos de vida saludable.

Lugar: Comedor Adulto Mayor

#	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	TELEFONO	ENFOQUE DIFERENCIAL																	FIRMA
				SEXO		EDAD	CICLO VITAL						VULNERABLES				REINSERTADO	ETNIAS		LGBTI	OTRO	
				FEMENINO	MASCULINO		PRIMERA INFANCIA	INFANCIA	ADOLESCENCIA	JUVENTUD	ADULTEZ	VEJEZ	PCD	MCH	VICTIMA	DESPLAZADO		INDIGENA	AFRO			
1	Gerardo Vidal	12520312	No tiene		✓	78						✓										
2	Pablo Cadena	85330015	3157467601		✓	67						✓										Pablo Acadena
3	Gustavo Ruiz	12520497	3246277896		✓	76						✓										
4	Ivan Castilla	19665064	3007787077		✓	79						✓										
5	Dario Beltran	5071611	304345463		✓	84						✓										
6	Daniel Torres	19133097	3104453261		✓	86						✓										+
7	Jorge Diaz	4126036	No tienen		✓	80						✓										
8	Manuel Jimenez	12558629	No tienen		✓	62						✓										
9	Carmen Tapia	49752958	No tienen	✓		63						✓										Carmen
10	Angel Gomez	7416260	No tienen		✓	83						✓										Angel Gomez

PRIMERA INFANCIA: 0-5 AÑOS INFANCIA:6-11AÑOS ADOLESCENCIA: 12-17 AÑOS JUVENTUD: 18-28 AÑOS ADULTEZ: 29-59 AÑOS VEJEZ: MAYORES DE 60 AÑOS PDC: PERSONAS CON DISCAPACIDAD MCH: MUJERES CABEZA DE HOGAR

ESE HOSPITAL
JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

PIC
Plan de intervenciones colectivas

#	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	TELEFONO	ENFOQUE DIFERENCIAL																			FIRMA
				SEXO		EDAD	CICLO VITAL						VULNERABLES				REINSERTADO	ETNIAS		LGBTI	OTRO		
				FEMENINO	MASCULINO		PRIMERA INFANCIA	INFANCIA	ADOLESCENCIA	JUVENTUD	ADULTEZ	VEJEZ	PCD	MCH	VICTIMA	DESPLAZADO		INDIGENA	AFRO				
11	Remigio Hernandez	5799246	No tiene		✓	72						✓											pulpera
12	Alberto Martinez	12524157	No tiene		✓	66						✓											~~Alberto Martinez~~
13	Gustavo sanchez	5022704	3118~~8891~~		✓	70						✓											Gustavo sanchez
14	Jose cervantes	5042131	No tiene		✓	66						✓											
15	Heriberto Martinez	1252154	No tiene		✓	90						✓											
16																							
17																							
18																							
19																							
20																							
21																							
22																							
23																							
24																							
25																							

PRIMERA INFNCIA: 0-5 AÑOS INFANCIA:6-11AÑOS ADOLESCENCIA: 12-17 AÑOS JUVENTUD: 18-28 AÑOS ADULTEZ: 29-59 AÑOS VEJEZ: MAYORES DE 60 AÑOS PDC: PERSONAS CON DISCAPACIDAD MCH: MUJERES CABEZA DE HOGAR

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 dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de vida saludable.**
FECHA Y LUGAR DE EJECUCIÓN	**03 De Junio del 2025** – Zona urbana, Territorio 5 , Micro territorio 15, barrio Camilo Torres

POBLACIÓN BENEFICIADA

Género/Sexo:	Femenino: **1**	Masculino: **14**	LGBTI:	TOTAL: **15**
Población por ciclo vital:	Primera Infancia (0-5):	Infancia (6-11):	Adolescencia (12-17):	TOTAL: **15**
	Juventud (18-28):	Adultez (29 -59):	Vejez (mayor de 60): **15**	
Grupo Vulnerable:	PCD:	MCH:	Víctimas:	TOTAL:
	Desplazado:	Reinsertado:		
Grupo Étnico:	Indígena:	Afro:		TOTAL:
OTRO:				

POBLACIÓN OBJETO	PERSONA MAYOR
RESPONSABLE(S) DE LA ESE	EQUIPO BASICO ENFERMERÍA - MEDICO
ACTOR(ES) SOCIAL(ES)	Usuarios del comedor de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres
OBJETIVO GENERAL	Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los usuarios de adulto mayor en el barrio camilo torres, del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar.
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	Se realizo un encuentro educativo con los usuarios de adulto mayor ubicado en el barrio camilo torres, sobre una de las principales enfermedades causadas por el consumo de tabaco como lo es la enfermedad pulmonar obstructiva (Epoc), inicialmente se repartieron unos folletos con los detalles a explicar. Primero, hablamos sobre cómo se definen: es una afección respiratoria crónica que se caracteriza por la obstrucción del flujo de aire, lo que dificulta la respiración. Esta enfermedad es progresiva, lo que significa que tiende a empeorar con el tiempo, y está estrechamente relacionada con el consumo de tabaco. El principal factor de riesgo para desarrollar EPOC es el tabaquismo. Aproximadamente el 85-90% de los casos de EPOC están relacionados con el consumo de tabaco. Otros factores de riesgo incluyen: Exposición a contaminantes ambientales: Humo de leña, polvo y productos químicos en el lugar de trabajo. Infecciones respiratorias: Infecciones repetidas durante la infancia pueden aumentar el riesgo. Factores genéticos: Deficiencia de alfa-1 antitripsina, una proteína que protege los pulmones.

Los síntomas del EPOC suelen desarrollarse lentamente y pueden incluir: Dificultad para respirar: Especialmente durante el ejercicio o actividades físicas. Tos crónica: Puede ser persistente y productiva (con moco). Producción de moco: Exceso de esputo, especialmente por las mañanas. Sibilancias: Silbidos o pitidos al respirar. Fatiga: Sensación de cansancio general.

El diagnóstico de EPOC se basa en la historia clínica: Incluye el historial de tabaquismo y síntomas, exámenes físicos: evaluación de los signos clínicos, pruebas de función pulmonar: espirometría para medir la cantidad de aire que los pulmones pueden exhalar y la velocidad con la que lo hacen, imágenes: radiografías de tórax o tomografías computarizadas para evaluar el estado de los pulmones. Referente al tratamiento, se dice que no existe una cura para la EPOC, pero el tratamiento puede ayudar a controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida. Las opciones de tratamiento incluyen:

- **Dejar de fumar**: La medida más importante para prevenir la progresión de la enfermedad.
- **Medicamentos**: Broncodilatadores y corticosteroides para reducir la inflamación y facilitar la respiración.
- **Rehabilitación pulmonar**: Programas de ejercicio y educación para ayudar a los pacientes a manejar su enfermedad.
- **Oxigenoterapia**: En casos avanzados, puede ser necesario el uso de oxígeno suplementario.
- **Cirugía**: En casos severos, la cirugía de reducción de volumen pulmonar o el trasplante de pulmón pueden ser opciones.

Por lo tanto se inculco la importancia de la prevención de la EPOC, la cual se centra en evitar el tabaquismo y la exposición a sustancias nocivas. La educación sobre los riesgos del tabaco y la promoción de un estilo de vida saludable son fundamentales para reducir la incidencia de esta enfermedad. Al finalizar se realizó una actividad que consistió en inflar una bomba con el fin de realizar ejercicios respiratorios, pues ayuda a fortalecer los músculos respiratorios (diafragma, intercostales) y puede ayudar a mejorar la capacidad pulmonar y el control de la respiración, a algunos viejitos se le dificulto, como a otros lo hicieron bien.

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

PRODUCTOS QUE VALIDAN LA ACTIVIDAD	1. Convocatoria 2. Acta de ejecución 3. Planilla de asistencia 4. Evidencia Fotográfica
CODIGO CUPS:	I11402
REVISADO POR:	Nataira cantillo
CARGO:	Medico
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 dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de vida saludable.





ESE HOSPITAL
JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

#2

PIC
Plan de intervenciones colectivas

PLANILLA DE ASISTENCIA PIC 2025

Fecha: 03-06-25 **Nombre de la actividad:** Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de estas enfocadas en estilos de vida saludable.

Lugar: Comedor adulto mayor

#	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	TELEFONO	ENFOQUE DIFERENCIAL																	FIRMA
				SEXO		EDAD	CICLO VITAL						VULNERABLES				REINSERTADO	ETNIAS		LGBTI	OTRO	
				FEMENINO	MASCULINO		PRIMERA INFANCIA	INFANCIA	ADOLESCENCIA	JUVENTUD	ADULTEZ	VEJEZ	PCD	MCH	VICTIMA	DESPLAZADO		INDIGENA	AFRO			
1	Gerardo Videz	12520312	No tiene.		✓	78						✓										
2	Gustavo Ruiz	85330215	3157467601		✓	67						✓										
3	Dario Beltran	1752497	3246277516		✓	76						✓										
4	Daniel Torres	1966564	3007789077		✓	79						✓										
5	Manuel Jimenez	5071611	3043452463		✓	84						✓										
6	Evan castilla	18933097	3104455261		✓	86						✓										
7	Carmen Tapia	4176036	No tiene	✓		86						✓										
8	Angel Gomez	12558629	No tiene		✓	62						✓										
9	Jorge Diaz	4975748	No tiene		✓	63						✓										
10	Pablo Cadena	7416760	No tiene		✓	73						✓										

PRIMERA INFANCIA: 0-5 AÑOS INFANCIA:6-11AÑOS ADOLESCENCIA: 12-17 AÑOS JUVENTUD: 18-28 AÑOS ADULTEZ: 29-59 AÑOS VEJEZ: MAYORES DE 60 AÑOS PDC: PERSONAS CON DISCAPACIDAD MCH: MUJERES CABEZA DE HOGAR

ESE HOSPITAL
JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
UN HOSPITAL CON SENTIDO SOCIAL

PIC
Plan de intervenciones colectivas

#	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	TELEFONO	ENFOQUE DIFERENCIAL																	FIRMA
				SEXO		EDAD	CICLO VITAL						VULNERABLES				REINSERTADO	ETNIAS		LGBTI	OTRO	
				FEMENINO	MASCULINO		PRIMERA INFANCIA	INFANCIA	ADOLESCENCIA	JUVENTUD	ADULTEZ	VEJEZ	PCD	MCH	VICTIMA	DESPLAZADO		INDIGENA	AFRO			
11	Gustavo Sanchez	5022704	3118018844		✓	72						✓										Gustavo Sanchez
12	Jose Cervantes	5042131	~~No tiene~~		✓	66						✓										Jose Cervantes
13	Heriberto Madrigal	5799246	No tiene		✓	70						✓										
14	Alberto Martinez	12521157	No tiene		✓	66						✓										Alberto Martinez
15	Remigio Hernandez	12521064	No tiene		✓	90						✓										Remigio
16																						
17																						
18																						
19																						
20																						
21																						
22																						
23																						
24																						
25																						

PRIMERA INFNCIA: 0-5 AÑOS INFANCIA:6-11AÑOS ADOLESCENCIA: 12-17 AÑOS JUVENTUD: 18-28 AÑOS ADULTEZ: 29-59 AÑOS VEJEZ: MAYORES DE 60 AÑOS PDC: PERSONAS CON DISCAPACIDAD MCH: MUJERES CABEZA DE HOGAR