Deporte	PROCESO FOMENTO AL DESARROLLO HUMANO Y SOCIAL	Versión: 1 CÓDIGO: FD-FR-161
	FORMATO PROYECTO GIT ACTIVIDAD FÍSICA - DEPARTAMENTAL	Fecha: 20/11/2024

Nombre del departamento que presenta el proyecto	CAUCA
Nombre del ente ejecutor	INSTITUTO DE DEPORTES DEL CAUCA - INDEPORTES CAUCA
Nombre del proyecto	PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA - CAUCA
Logo del programa HEVS del departamento	Indeportes CAUCA

1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL DEPARTAMENTO

Número de habitantes del departamento	Año 2024	1.574.506	Proyección 2025	1.590.171
No. habitantes en zona urbana y rural (proyección DANE 2024)	Urbana	558.270	Rural	1.016.236
Organización político administrativa del departamento	El departamento cuenta con 42 municipios repartidos en 5 provincias: **Centro:** Cajibio, El Tambo, La Sierra, Morales, Piendamó, Popayán, Rosas, Sotará, Timbío **Norte:** Buenos Aires, Caloto, Corinto, Guachené, Miranda, Padilla, Puerto Tejada, Santander de Quilichao, Suárez, Villa Rica **Occidente:** Guapi, López, Timbiquí **Oriente:** Caldono, Inzá, Jámbalo, Páez, Puracé, Silvia, Toribio, Totoró **Sur:** Almaguer, Argelia, Balboa, Bolívar, Florencia, La Vega, Mercaderes, Patía, Piamonte, San Sebastián, Santa Rosa, Sucre			
Ubicación/ límites departamento	Norte	Limita con los departamentos del Valle del Cauca y Tolima		
	Sur	Limita con los departamentos de Nariño y Putumayo		
	Oriente	Limita con el departamento del Huila		
	Occidente	Limita con el Océano Pacífico		

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA - NECESIDAD DEL PROGRAMA HEVS Y VAS EN EL DEPARTAMENTO

La baja prevalencia en la participación de las actividades físicas, elecciones alimenticias equivocadas de mala calidad, el consumo y exposición al humo del cigarrillo, son factores contrarios a los hábitos de vida saludable en todos los sectores de la población colombiana. Si bien es claro, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades crónicas no trasmisibles (ENT) al ser enfermedades de lenta evolución, se han convertido en una verdadera epidemia a nivel mundial, siendo a su vez agravada por el envejecimiento de la población y las formas de vida actual que potencian el sedentarismo y la mala alimentación." El 75% de los casos a nivel mundial se presentan en países de ingresos medios y bajos, lo que representa 28 millones de la población del globo. En Colombia, según datos del Observatorio Nacional en Salud, las enfermedades no trasmisibles son causantes del 71,6% de las muertes, siendo considerados como la primer causa de muerte en el país después de los eventos producidos por la violencia. Si bien estas cifras son preocupantes, hay que reconocer que una condición de salud pública se suma y agrava aún mas el problema y es la baja prevalencia de actividad física y la poca inversión del tiempo libre en la practica de actividades físicas. Según la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia (ENSIN 2015), la prevalencia de realizar actividad física para cumplir con los 150 minutos semanales de actividad física tanto en hombres como en mujeres en un rango de edad de 18 a 64 años de las zonas urbanas de nuestro país, demuestra que uno (1) de cada dos (2) colombianos no cumplen con las recomendaciones en AF, lo cual entra en detrimento de la calidad vida y bienestar de las personas.

Específicamente para el departamento del Cauca, se presentan dos factores de riesgo los cuales están estipulados en el tomo II de Hábitos y estilos de vida saludables basándose en los datos publicados en la Encuesta de la Situación Nutrición de Colombia, ENSIN 2005, 2010 y 2015. En primer lugar, se encuéntrala disminución en la ingesta de macro nutrientes con respecto a los requerimientos necesarios ya que en el 2005 se encontró que más de la mitad de la población presenta un consumo proteico bajo del 58,4%. En segundo lugar, prevalece el sobrepeso u obesidad en adolescentes, presentándose en el 2010 un porcentaje de 21,7%. Finalmente en el 2015 se ve que para la región pacífica el 57.4% presenta inseguridad alimentaria. Además, se evidenció que las prevalencias de cumplir con las recomendaciones de actividad física más altas (≥ 25%) se encontraron en la subregión del Valle sin Cali ni Litoral, y en la subregión del Cauca y Nariño sin Litoral. Con respecto a caminar como medio de transporte, se encontró que las prevalencias más altas (≥ 40%) fueron encontradas en la subregión del Cauca y Nariño sin Litoral; la subregión de Caldas, Risaralda y Quindío; en la subregión de Boyacá, Cundinamarca, Meta y Bogotá D.C. Según ENSIN 2015, el departamento del Cauca registra que el 46% de la población se encuentra en obesidad o sobrepeso, el 60% no alcanza el mínimo de actividad física, el 57% de las mujeres y el 15% de los hombres tienen obesidad abdominal y se encuentran en riesgo cardiovascular alto a muy alto, causadas en gran parte por la limitada practica de Actividad Física, la alimentación poco saludable, el consumo y exposición del humo de cigarrillo entre otras. A pesar de estas estadísticas, el 80% de padecimientos de enfermedades cardiacas, accidentes cerebro vasculares y diabetes pueden ser prevenidas, con la implementación de programas y proyectos que promuevan los buenos hábitos y estilos de vida saludable.

3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

Según la Organización Mundial de la Salud, se recomienda un mínimo de 150 minutos a la semana de actividad física moderada, 75 minutos semanales de actividad física vigorosa y trabajo de fuerza dos veces por semana para los adultos, de igual forma, los niños de 5 a 17 años deberían acumular un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física moderada o vigorosa, siendo en su mayor parte, aeróbica; además, de realizar actividades para el fortalecimiento muscular y óseo, mínimo tres veces a la semana. Para los adultos se recomiendan por lo menos de 150 a 300 minutos de aeróbica moderada a vigorosa por semana, incluidas las personas que viven en condiciones crónicas o discapacidad. Realizar lo anterior con regularidad, mejora la calidad de vida de la población mundial e incrementa el desarrollo social. Los beneficios físicos son incalculables ya que disminuye las dolencias, controla factores de riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles como lo son el sobrepeso, la obesidad, la hipertensión arterial, la diabetes, entre otras. De igual forma, en la formulación del Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022 pacto por Colombia pacto por la equidad, el cual será construido con el apoyo de las regiones, y diversos sectores, basados en tres pilares fundamentales como son la legalidad, el emprendimiento y la equidad, se buscara trabajar para ver en nuestro sector nuevas oportunidades de desarrollo social y económico donde la legalidad, el emprendimiento, la equidad, la inclusión social, la creatividad, la innovación, la información y la integración hagan parte de los esfuerzos diarios que contribuyan a un mejor país donde los hábitos y estilos de vida saludable tienen un papel preponderante en la transformación social de Colombia.

En el del Departamento del Cauca una parte de la población se encuentra en situación de obesidad o sobrepeso, causadas en gran parte por la limitada practica de actividad física, la malas prácticas alimenticias y el consumo o exposición al humo de tabaco, entre otros. Estos hechos afectan a todas las edades de la población Caucana a causa del estrato socioeconómico que llevan a no priorizar las prácticas de actividad física y deportivas, centrándose en aquellas que le permiten sobrellevar una situación económica básica en sus hogares. Ante el incremento en el país de las enfermedades crónicas no transmisibles, las cuales tienen factores de riesgo evitables; la inactividad física, las malas prácticas alimenticias como el bajo consumo de frutas y verduras, el consumo y exposición al humo de tabaco, y ante las cifras obtenidas del diagnóstico del Departamento del Cauca con relación al estado de salud de sus pobladores, se hace necesario la consolidación de programas que posibiliten a los diferentes grupos poblacionales conocer y acceder a la práctica regular de actividad física, con el direccionamiento de personal idóneo en el área, que permitan garantizar el desarrollo y seguimiento de estrategias basadas en la evidencia científica que contribuyan al fomento de la actividad física como hábito de vida saludable. Por lo tanto, el Instituto de deportes del Cauca- INDEPORTES, presenta el proyecto "Actividad Física", para los diferentes sectores y grupos poblacionales en el Departamento del Cauca para el 2025

Este proyecto se fundamenta en la implementación de un proceso de sensibilización, información y realización de una serie de estrategias para los diferentes sectores y grupos poblacionales del Departamento del Cauca, encaminados a concientizar a los Caucanos sobre la importancia, necesidad de practicar regularmente Actividad Física y su incidencia desde las dimensiones física, social, emocional y cognitiva, buscando generar un impacto positivo en el fortalecimiento de una cultura de la Actividad Física asociada a la adopción de hábitos y estilos de vida saludables, que a mediano plazo posicionen a nuestro Departamento a nivel regional y nacional, como una región activa, con múltiples opciones de participación, con dinámica saludable, bajos niveles de sedentarismo y enfermedades crónicas, y por ende, altos índices de desarrollo. Con esta propuesta, se busca dar continuidad a procesos que se llevan a cabo con la comunidad, teniendo en cuenta el COVID-19, con el cual se aumentaron mas los riesgos en cuanto a la adopción de los buenos hábitos y estilos de vida saludable en los cuatro grupos poblacionales (niños, jóvenes, adultos y persona mayor) considerando que el compromiso es más grande para generar cambios comportamentales en más personas que se quieran hacer parte activa de este proyecto, creando conciencia de la importancia de realizar actividad física de forma regular, alimentarse saludablemente y al proteger los espacios 100% libres del humo del tabaco, llegando a todos los ámbitos comunitario, educativo, laboral y de salud.

Deporte	FORMATO	FD-FR-161
	PROYECTO GIT ACTIVIDAD FÍSICA - DEPARTAMENTAL	Fecha: 20/11/2024

4. ANTECEDENTES DEL PROGRAMA HEVS EN EL DEPARTAMENTO

Antecedentes históricos del programa	* En el año 2003, se suscribió el convenio interadministrativo No.124 de 2003 entre la Dirección departamental de Salud del Cauca e Indeportes Cauca, cuyo objetivo fue la búsqueda de la promoción integral de la actividad física y demás estilos de vida saludable, con el fin de combatir el sedentarismo y las diferentes enfermedades psíquicas y físicas del mismo, así como fenómenos sociales relacionados directa o indirectamente con el estilo de vida no saludables como son; drogadicción, alcoholismo y violencia generada en ambientes afines. Se impactaron 9 municipios y se beneficiaron 919 personas. * En el año 2007, se suscribió el Convenio No. 435 de 2007 entre Indeportes Cauca y Coldeportes cuyo objetivo fue la implementación del proyecto Cauca Activa y Saludable en el departamento. Se impactaron 5 municipios y se beneficiaron 900 personas. * En el año 2008 , se brindó una orientación técnica para el desarrollo de programas que promuevan estilos y hábitos de vida saludable a través del programa "CAUCA ACTIVA Y SALUDABLE", donde se intervinieron 10 municipios y se beneficiaron 1500 personas. * En el año 2009, se brindó una orientación técnica para el desarrollo de programas que promuevan estilos y hábitos de vida saludable a través del programa "CAUCA ACTIVA Y SALUDABLE", con el fin de contribuir a la prevención y control de las enfermedades crónicas de obesidad, sedentarismo, alcoholismo y tabaquismo, así como también la promoción del deporte recreativo. Se impactaron 2 municipios y se beneficiaron 383 personas. * En el año 2010, se realizaron diferentes actividades que integraron las comunas de la ciudad de Popayán en diferentes días de la semana, con una buena participación de personas jóvenes, adultos, adultos jóvenes y personas de la tercera edad con mayor predominio de mujeres. Se impactaron 420 personas. * En el año 2011, a través del programa "Cauca Activa y Saludable", se crearon espacios con el fin de generar actividades físicas brindando a la comunidad una diversidad de actividades que le permitan a la población acudir de manera gratuita a espacios públicos con la intención de recrearse en familia, con los amigos, los niños, los jóvenes, adultos y adulto mayor. Se impactaron 9 municipios y se beneficiaron 36.438 personas. * En el año 2012, se suscribió el convenio interadministrativo N° 255 entre INDEPORTES CAUCA y COLDEPORTES donde se trabajó por la promoción la actividad física regular, el consumo de frutas y verduras, conservación de espacios 100% libres de humo y la calidad de vida de la población Caucana, a través de un conjunto de intervenciones en actividad física llevadas a cabo por el equipo de monitores que direccionaron el programa. Se impactaron 9 municipios y se beneficiaron 45.815 personas. * En el año 2013, se contó con el apoyo de Coldeportes, impactando 10 municipios del Departamento y 8 comunas cada uno de ellos orientados por un profesional de la Educación Física y actividad física, beneficiando a 1.623 personas con actividad física regular registrada en el Sistema Nacional de Monitoreo de Coldeportes y 45.214 personas aproximadamente con las actividades de Cauca en Movimiento HEVS. * En el año 2014, mediante el convenio entre el Fondo de Desarrollo de Proyectos de Cundinamarca FONDECUN, se contrataron 12 monitores y 1 gestor los cuales impactaron a 10 municipios del departamento. Dos de esos municipios (Bordo y Padilla Cauca) no se atendían en años anteriores y que por sus índices de prevalencia en enfermedades crónicas no transmisibles, se incluyeron en este año. En el año 2014, se logró establecer nuevas estrategias las cuales han generado un mayor impacto entre la comunidad, estableciendo convenios instituciones con la Policía Nacional, con la cual se logro espacios de difusión masiva en su emisora radial 94.1. * En el año 2015, mediante el convenio entre el Fondo de Desarrollo de Proyectos dé Cundinamarca FONDECUN, se intervinieron 8 municipios y se impactaron 20.549 personas. * En el año 2016, mediante el convenio entre el Fondo de Desarrollo de Proyectos de Cundinamarca FONDECUN, se intervinieron 11 municipios y se impactaron 25.000 personas. * En el año 2017, se suscribió el convenio No. 354 de 2017 entre INDEPORTES CAUCA y COLDEPORTES, impactando 20 municipios y beneficiando 28.397 personas. * En el año 2018, mediante el convenio con el Fondo de Desarrollo de Proyectos de Cundinamarca FONDECUN, se intervinieron 11 municipios y se beneficiaron 52.221 personas. * En el año 2019, se llevo a cabo el convenio interadministrativo No. 260 entre INDEPORTES CAUCA y el Ministerio del Deporte donde se intervinieron 15 municipios y se beneficiaron 29.812 personas. * En el año 2020, se llevo a cabo el convenio interadministrativo No. 496 entre INDEPORTES CAUCA y el Ministerio del Deporte donde se impactaron 22 municipios y se beneficiaron 14.998 personas. * En el año 2021, se suscribió el convenio No. 780 de 2021 entre INDEPORTES CAUCA y el MINISTERIO DEL DEPORTE, impactando 17 municipios y beneficiando 13.350 personas. * En el año 2022, mediante el contrato de prestación de servicios No. 924 de 2022 suscrito con PUBLICA S.A.S. y el MINISTERIO DEL DEPORTE, se intervinieron 11 municipios * En el año 2023 y 2024, mediante el convenio No. 973 de 2023 entre INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA ESCUELA NACIONAL DEL DEPORTE y el MINISTERIO DEL DEPORTE se intervinieron 12 municipios

Acciones realizadas	Año 2023			Año 2024		
	Cantidad	Municipio(s) intervenidos (mencionarlos)	Nº de personas impactadas	Cantidad	Municipio(s) intervenidos (mencionarlos)	Nº de personas impactadas
Nº de Grupos Regulares	33	Piendamo, Cajibio, Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar, Buenos Aires, Bordo	1.272	25	Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar	1.340
Nº de Grupos No Regulares	10	Piendamo, Cajibio, Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar, Buenos Aires, Bordo	255	7	Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar	227
Nº de Eventos Masivos	14	Piendamo, Cajibio, Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar, Buenos Aires, Bordo	2.190	2	Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar	250
Nº de Acciones para promover HEVS- VAS	121	Piendamo, Cajibio, Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar, Buenos Aires, Bordo	7.896	28	Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar	1.811
Nº de Acciones para promover fuertemente Activos	23	Piendamo, Cajibio, Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán, Toribio, Bolívar, Buenos Aires, Bordo	497			
Nº de Consejería a hogares	30	Piendamo, Cajibio, Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán	93	21	Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán	65
Nº de Asesoría a instituciones u organizaciones.	27	Piendamo, Cajibio, Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán	1.995	19	Mercaderes, Florencia, Timbio, Santander de Quilichao, Popayán	1.565
Nº de Diagnósticos VAS y Capacitaciones VAS	1	Silva	789			
Total personas impactadas año 2023			14.987	Total personas impactadas año 2024		5.258

5. CONFORMACIÓN EQUIPO HEVS 2024

Nombres y Apellidos	Rol Contractual	Tipo de Vinculación	Municipio(s) beneficiados	No. de Personas beneficiadas en la ejecución del contrato por parte del integrante del Equipo HEVS
DIANA PATRICIA BUITRON OYOLA	Gestor Departamental	Operador Mindeporte	Departamento	266
MERCEDES FERNANDEZ FERNANDEZ	Articulador HEVS Departamental	Operador Mindeporte	Departamento	266
LUZ DALIA LEDEZMA BARRAGAN	Articulador VAS Departamental	Operador Mindeporte	Departamento	970
DILIA SHIRLEY VELASCO CALDON	Monitor Profesional Departamental	Operador Mindeporte	Mercaderes, Florencia	2275
ALEXANDRA PATRICIA FLOREZ BARRERA	Monitor Profesional Departamental	Operador Mindeporte	Timbío	2275
JULIANA ANDREA PRIETO SOLARTE	Monitor Profesional Departamental	Operador Mindeporte	Santander de Quilichao	2275
HEIMER VASQUEZ BALANTA	Monitor Sénior Departamental	Operador Mindeporte	Popayán	2518
JOHAN STIVEN VELASCO YULE	Monitor No Profesional Departamental	Operador Mindeporte	Toribio	2460
FABIAN RICARDO ROJAS ZAPATA	Promotor HEVS-VAS	Operador Mindeporte	Bolívar	1180
EDGAR ANDRES ORDOÑEZ HENAO	Promotor JovenHEVS	Operador Mindeporte	Popayán	400

Deporte	FORMATO	FD-FR-161
	PROYECTO GIT ACTIVIDAD FÍSICA - DEPARTAMENTAL	Fecha: 20/11/2024

6. SISTEMA DE CAPACITACIÓN DEPARTAMENTAL O MUNICIPAL (vigencia 2024)

Tipo de capacitación	Nombre del sistema de capacitación	Municipio(s) donde se realizó	Fecha de inicio	Fecha de finalización	Resultados relevantes	Entidades colaboradoras	Intensidad horaria	No. de participantes

7. LOGROS TRABAJO INTERSECTORIAL E INTERINSTITUCIONAL (vigencia 2024)

8. INVERSIÓN DE RECURSOS PARA EL DESARROLLO DEL PROGRAMA

Año 2023	Nº de municipios impactados	12	Año 2024	Nº de municipios impactados	8

Descripción línea de inversión	Valor	Procedencia de recursos (ente territorial /Mindeporte)	Descripción línea de inversión	Valor	Procedencia de recursos (ente territorial /Mindeporte)
Gestor Departamental	$ 14.140.000	Ministerio del Deporte	Gestor Departamental	$ 12.120.000	Ministerio del Deporte
Articulador HEVS Departamental	$ 12.320.000	Ministerio del Deporte	Articulador HEVS Departamental	$ 7.040.000	Ministerio del Deporte
Articulador VAS Departamental	$ 12.320.000	Ministerio del Deporte	Articulador VAS Departamental	$ 10.560.000	Ministerio del Deporte
Monitor Profesional Departamental	$ 37.500.000	Ministerio del Deporte	Monitor Profesional Departamental	$ 24.000.000	Ministerio del Deporte
Monitor Sénior Departamental	$ 7.860.000	Ministerio del Deporte	Monitor Sénior Departamental	$ 5.240.000	Ministerio del Deporte
Monitor No Profesional Departamental	$ 7.041.000	Ministerio del Deporte	Monitor No Profesional Departamental	$ 7.041.000	Ministerio del Deporte
Promotor HEVS-VAS	$ 15.975.000	Ministerio del Deporte	Promotor HEVS-VAS	$ 3.550.000	Ministerio del Deporte
Promotor JovenHEVS	$ 4.200.000	Ministerio del Deporte	Promotor JovenHEVS	$ 2.800.000	Ministerio del Deporte
TOTAL	$ 111.356.000		TOTAL	$ 72.351.000	

9. CONTEXTO POLÍTICO QUE DETERMINE SI LA ACTIVIDAD FÍSICA HACE PARTE DEL PLAN DE DESARROLLO DEL DEPARTAMENTO

2024-2027 La Fuerza del Pueblo
LE1 - Oportunidades para Soñar
43 - Deporte y Recreación
4301 - Fomento a la recreación, la actividad física y el deporte para desarrollar entornos de convivencia y paz
123 - 69.099 personas participando en actividades deportivas, recreativas, físicas y de turismo deportivo con enfoque étnico, campesino, de género, género diverso, discapacidad y victima con fines de esparcimiento.

10. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO PARA LA VIGENCIA 2025

El Proyecto "Actividad Física", se llevara acabo durante cinco (5) meses en 16 municipios del departamento del cauca (POPAYÁN, SANTANDER DE QUILICHAO, BUENOS AIRES, CALDONO, PIENDAMÓ, BOLÍVAR, TIMBIO, PATÍA, MERCADERES, FLORENCIA, CAJIBIO, TORIBIO, ARGELIA, SUAREZ, CALOTO, SOTARA) que contara con un equipo de 18 personas: 1 Articulador departamental de Hábitos y Estilos de Vida Saludable - HEVS, 4 monitores profesionales, 1 monitor senior, 2 monitores no profesionales, 9 promotores de HEVS, 1 Promotor JovenHEVS, quienes están altamente calificados para darle cumplimiento al proyecto cuyo objetivo es el de fomentar, promover, concientizar y sensibilizar a los habitantes del departamento del Cauca sobre la importancia de los beneficios de la práctica regular de la actividad física, generando así, una cultura de hábitos y estilos de vida saludables como elementos esenciales en la lucha contra el sedentarismo, el tabaquismo y las enfermedades crónicas no transmisibles fomentando la salud, el bienestar y la calidad de vida de la población. Para el logro de los objetivos, se realizaran diversas estrategias como: conformación de grupos regulares de actividad física en el ámbito comunitario y de grupos no regulares en los ámbitos comunitarios y de salud orientando actividad física dirigida musicalizada en siete modalidades (Gimnasia aeróbica, Rumba aeróbica, Artes Marciales Mixtas, Gimnasia de mantenimiento, Gimnasia psicofísica, Actividad Rítmica para Niños y Estimulación muscular), teniendo como lineamientos la alimentación saludable y los espacios 100% libres de humo de tabaco.

De igual manera, se realizaran asesorías a IUO en los ámbitos educativos, de salud, laborales y comunitarios (acciones de formación de líderes al interior de las instituciones que logren implementar iniciativas de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y que sean sostenibles con el tiempo); Eventos masivos; Consejería a hogares; Fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables; sistema de capacitación; acciones para promover Hábitos y Estilos de Vida Saludable; eventos fuertemente activos, trabajo intersectorial e interinstitucional.

11. POBLACIÓN A IMPACTAR PARA LA VIGENCIA 2025

El programa se oferta a personas de todo el curso de vida: primera infancia (0-5 años), infancia (6-11 años), adolescencia (12-17 años), Jóvenes (18 a 28 años) y adultos (29 a 59 años) y persona mayor (60 años en adelante) en los ámbitos comunitario, salud, educativo y laboral, especialmente de los grupos poblacionales más vulnerables distribuidos en el área rural y urbana.

12. MUNICIPIOS QUE IMPACTARÁ EL PROGRAMA HEVS PARA LA VIGENCIA 2025

Nombre del municipio	Categoria municipio según DNP	Población total (Nº de personas)	Población Urbana (Nº de personas)	Población Rural (Nº de personas)	Organización político administrativa (describa en que región o subregión pertenece el municipio)
Popayán	1	346.403	282.665	63.768	ZONA CENTRO
Caloto	1	31.802	5.091	26.711	ZONA NORTE
Cajibio	3	45.481	43.889	1.592	ZONA CENTRO
Piendamo	6	4.400	2.957	1.443	ZONA CENTRO
Santander de Quilichao	1	119.121	70.996	48.125	ZONA NORTE
Mercaderes	4	25.437	19.256	6.181	ZONA SUR
Florencia	5	5.572	4.391	1.181	ZONA SUR
Timbio	3	38.470	23.505	14.965	ZONA CENTRO
Toribio	1	37.962	36.083	1.879	ZONA NORTE
El Bordo (Patia)	3	39.800	25.910	13.890	ZONA SUR
Buenos Aires	3	36.190	35.133	1.057	ZONA NORTE
Caldono	3	43.643	42.072	1.571	ZONA NORTE
Bolivar	3	40.107	35.615	4.492	ZONA SUR
Argelia	4	28.420	26.004	2.416	ZONA SUR
Suarez	3	34.402	29.937	4.465	ZONA SUR
Sotara	3	15.164	360	14.804	ZONA CENTRO

13. OBJETIVO GENERAL

Fomentar en el departamento de CAUCA, la práctica regular de la actividad física, alimentación saludable, la protección de espacios 100% libres de humo del tabaco, a través del desarrollo de diferentes estrategias de promoción en hábitos y estilos de vida saludable, en los ámbitos comunitario, salud, educativo y laboral, intervenidos por el programa departamental "ACTIVIDAD FÍSICA", durante el 2025.

Deporte	FORMATO PROYECTO GIT ACTIVIDAD FÍSICA - DEPARTAMENTAL	FD-FR-161 Fecha: 20/11/2024

14. OBJETIVOS ESPECIFICOS

* Implementar acciones de promoción de hábitos saludables, a partir de acciones de colaboración y alianzas con diversos sectores, buscando un mayor impacto en los ámbitos comunitario, salud, educativo y laboral, intervenidos por el programa departamental "ACTIVIDAD FÍSICA", durante el 2025.
* Fomentar la práctica regular de actividad física a través del mantenimiento y la conformación de grupos regulares
* Realizar asesorías en Instituciones u Organizaciones en el ámbito educativo, salud y laboral, que promuevan iniciativas sostenibles en el tiempo, en hábitos y estilos de vida saludable.
* Brindar consejerías en los hogares de los usuarios de los grupos regulares en el ámbito comunitario, con el fin de promover la adopción y mantenimiento de comportamientos saludables.
* Organizar campañas y eventos masivos para promover HEVS relacionados con la práctica regular de actividad física, alimentación saludable y espacios 100% libres de humo del tabaco.
* Desarrollar procesos de capacitación, que permitan formar mayor número de líderes en promoción de hábitos saludables, multiplicando las estrategias de cambios conductuales, relacionadas con la práctica regular de la actividad física, alimentación saludable y espacios 100% libres de humo del tabaco.
* Diseñar y difundir material promocional del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable, para multiplicar los mensajes que fomentan cambios conductuales, combatiendo factores de riesgo de ENT
* Coordinar el trabajo intersectorial para la generación de estrategias y la unión de esfuerzos que permitan la promoción , masificación y sostenibilidad de acciones en el Departamento en beneficio de la comunidad

15. METAS PROYECTADAS PROGRAMA HEVS 2025

Ítems	Metas	No. personas a beneficiar	Indicadores de cumplimiento
Grupos regulares	Conformar por lo menos 49 **Grupos Regulares** impactando como mínimo **1.730 personas**	3.060	Número de grupos regulares Número de personas beneficiadas
Grupos no regulares	Conformar por lo menos **15 Grupos No Regulares** impactando como mínimo **450 personas**	450	Número de grupos no regulares Número de personas beneficiadas
Acciones para promover HEVS o VAS	Realizar por lo menos **85 acciones** en el ámbito de salud, educativo, comunitario y laboral impactando como mínimo **2.100 personas**	2.100	Número de acciones para promover HEVS o VAS Número de personas beneficiadas
Acciones para disminución de comportamientos sedentarios	Realizar por lo menos **85 acciones** en el ámbito de salud, educativo, comunitario y laboral impactando como mínimo **1.700 personas**	1.700	Número de acciones para disminución de comportamientos sedentarios Número de personas beneficiadas
Acciones para promover Fuertemente Activos	Realizar por lo menos **85 acciones** en el ámbito de salud, educativo, comunitario y labora impactando como mínimo **1.300 personas**	1.300	Número de acciones para promover Fuertemente Activos Número de personas beneficiadas
Eventos masivos	Realizar por lo menos **16 eventos masivos** impactando como mínimo **1.920 personas**	1.920	Número de eventos masivos Número de personas beneficiadas
Consejeria a hogares	Realizar por lo menos **28 consejerías a hogares** impactando como mínimo **84 personas**	84	Número de consejerías a hogares Número de personas beneficiadas
Asesorías a Instituciones u organizaciones	Realizar por lo menos **20 asesorías a instituciones u organizaciones** impactando como mínimo **600 personas**	600	Número de asesorías a instituciones u organizaciones Número de personas beneficiadas
Jornadas VAS regulares	Realizar **5 jornadas VAS** durante la vigencia beneficiando por lo **menos 500 personas**	500	Números de jornadas VAS reportadas Número de personas beneficiadas
Actividades de capacitación	Realizar por lo menos 1 **capacitación HEVS** impactando como mínimo **30 personas**	30	Número de programas de capacitación territorial Número de personas beneficiadas
Celebración Día Mundial de la Actividad Física	Realizar **1 celebración del Día Mundial de la Actividad Física** atendiendo por lo menos **120 personas**	120	Número de celebración del Día Mundial de la Actividad Física Número de personas beneficiadas
Caminata 5k por la Salud	Realizar por lo menos 1 **evento masivo** en el marco de la Semana Nacional HEVS impactando como mínimo **120 personas**	120	Número de Caminatas 5k por la Salud realizados en el marco de la Semana Nacional HEVS Número de personas beneficiadas
	No. Total de Personas a Beneficiar	**11.984**	

16. METODOLOGÍA DE LAS ACTIVIDADES PROYECTO 2025

Actividades	Descripción
Grupos Regulares	En el departamento del Cauca, en los grupos regulares se propenderá por: • Sensibilizar, comprometer y capacitar a líderes comunitarios a través de la virtualidad para convocar e informar a la población beneficiada. • Darle continuidad al proceso adelantado en los municipios beneficiados con el programa "Hábitos y estilos de vida saludables" logrando que cada vez sean más personas las que adopten en sus estilos de vida las actividades programadas. • Conformar grupos regulares de Actividad Física con la comunidad en general, tanto del sector urbano como rural en el ámbito comunitario, utilizando la estrategia de carteles informativos en las zonas de practica deportiva. • Empoderar a líderes de los grupos para impulsar acciones para la práctica regular de Actividad Física, concientizándolos de los beneficios de estos. • Implementar sesiones dirigidas de actividad física en las 7 modalidades (gimnasia aeróbica musicalizada, rumba aeróbica musicalizada, estimulación muscular, artes marciales mixtas, Gimnasia Psicofísica, gimnasia de mantenimiento y actividad rítmica para niños). De igual manera, se promueven diferentes alternativas para la práctica de actividad física • Aprovechar y propender por el cuidado del espacio público como polideportivos, parques, coliseos para la práctica de actividad física, realizando jornadas de limpieza y organización.
Grupos No Regulares	En el departamento del Cauca en los grupos no regulares se propenderá por: • Sensibilizar, comprometer y capacitar a líderes comunitarios para fortalecer, apoyar, dirigir y liderar el apoyo a las necesidades de los grupos. • Darle continuidad al proceso adelantado en los municipios beneficiados con el programa "Hábitos y estilos de vida saludables" logrando que cada vez sean más personas las que adopten en sus estilos de vida las actividades programadas, informando a través de los medios de comunicación local sobre horarios y lugares de encuentro. • Conformar grupos no regulares de Actividad Física con la comunidad en general, tanto del sector urbano como rural en los ámbitos comunitarios o de salud • Empoderar a líderes de los grupos para impulsar acciones para la práctica regular de Actividad Física. • Implementar sesiones dirigidas de actividad física en las 7 modalidades (gimnasia aeróbica musicalizada, rumba aeróbica musicalizada, estimulación muscular, artes marciales mixtas, Gimnasia Psicofísica, gimnasia de mantenimiento y actividad rítmica para niños). De igual manera, se promueven diferentes alternativas para la práctica de actividad física • Aprovechar y propender por el cuidado del espacio público como polideportivos, parques, coliseos para la práctica de actividad física
Tamizaje	Se realizará una articulación con el sector salud para la toma de medidas antropométricas de los usuarios que hacen parte de los grupos regulares de actividad física, con el fin de agilizar y optimizar los procesos, teniendo en cuenta las orientaciones emitidas por el GIT de Actividad Física del Ministerio del Deporte
Acciones para promover HEVS o VAS, disminución de comportamientos sedentarios, escuela de la bicicleta y Fuertemente Activos	Dentro de las acciones que se realizaran para movilizar a la comunidad, en torno buenas prácticas saludables, se encuentran: • Tour estudiantil en las distintas instituciones educativas del departamento de Cauca en las Instituciones educativas Franciscanas, Colegio San Agustin, Colegio Industrial, Colegio Salesianas y colegios Principales de las cabeceras Municipales a impactar en la vigencia. • Difusión del programa de HEVS en los municipios a impactar mediante una estrategia mensual publicitaria en pagina web institucional y/o radial, televisión, medios impresos, redes sociales y otros como pasacalles, pendones murales, con el fin de que la comunidad conozca el programa y tenga acceso a las diferentes actividades programadas. • Realizar reuniones de fortalecimiento para equipo de trabajo HEVS Cauca, promotores y líderes comunitarios en VAS con el fin de fortalecer los procesos para la vigencia 2021.

Eventos Masivos	En articulación con los entes municipales y secretarias transversales, se convocara a la participación de los eventos, generando un plan de comunicaciones apoyado por la oficina de prensa del instituto departamental de deportes donde se desarrollara una convocatoria masiva por redes sociales, pautas publicitarias e invitación formal a las instituciones educativas y grupos conformados por el programa HEVS Cauca
Trabajo Intersectorial e interinstitucional	Aunar esfuerzos con Instituciones Públicas y Privadas con el fin de actuar sobre intereses comunes, vinculando instancias gubernamentales especialmente en salud, educación, cultura, movilidad, transporte, medio ambiente, fuerzas armadas, además de la sociedad civil, las asociaciones, la empresa privada entre otros, para mejorar el impacto y sostenibilidad de las acciones en promoción de hábitos y estilos de vida saludable, se busca ir más allá del intercambio de información e intentar alcanzar el establecimiento de mecanismos de colaboración y creación de alianzas donde se manifiesten los compromisos de las instituciones, la creación de proyectos conjuntos con visiones compartidas y de recursos y de esta forma favorecer acciones que se mantengan frente a situaciones políticas y administrativas que puedan ocurrir en los territorios, dentro de las acciones a desarrollar en el departamento están: • Creación de comités intersectoriales, con el propósito de conformar convenios y alfanzas que permitan tener un mayor impacto en las intervenciones de hábitos y estilos de vida saludable que se realizan en el Departamento. • Establecer alianzas estratégicas para masificar la práctica de Hábitos y Estilos de Vida Saludable. • Articular acciones para construir instrumentos generadores de acuerdos departamentales y municipales para la promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable
Consejería a hogares	Se generaran procesos de empoderamiento, acompañamiento y evaluación a comunidades participantes del programa HEVS Cauca, mediante consejerías directas en temáticas de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
Asesoria a instituciones u organizaciones	Teniendo en cuenta las peticiones solicitadas por las organizaciones e instituciones o realizando un análisis de las instituciones con mayor participación en los eventos del programa se realizara asesoria en los ámbitos educativo, laboral, de salud y comunitario para la promoción de hábitos y estilos de vida saludable, bajo la orientación de Gestores de HEVS, Articuladores, Monitores profesionales y Monitores Sénior quienes asesoran a los líderes para la generación de iniciativas que favorezcan la adopción y mantenimiento de comportamientos saludables al interior de las instituciones u organizaciones, por medio de acciones auto sostenibles
Sistema de capacitación	Se fomentará la capacitación al equipo de trabajo del programa de HEVS y a líderes comunitarios de HEVS de los municipios beneficiados del programa con el fin de fortalecer el programa mediante nuevas prácticas de actividad física, actualización del conocimiento y continuidad en el tiempo. Dentro de las actividades a desarrollar: • Apoyo conceptual y práctico a los equipos de trabajo HEVS Cauca, mediante capacitaciones orientadas por parte del gestor departamental. • Articular acciones con miembros del equipo departamental de Hábitos y Estilos de Vida Saludable, mediante reuniones grupales para compartir experiencias y mejorar las competencias de los monitores en los municipios. • Capacitación a líderes comunitarios del programa HEVS, promotores y escuelas de formación deportiva en Actividad Física Dirigida Musicalizada y estrategias de promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
Visitas técnicas	Realizar asistencia técnica a por lo menos 4 monitores al mes con el fin de verificar: grupos regulares, tamizajes, grupos no regulares, instituciones u organizaciones asesoradas, trabajo intersectorial, organización de los eventos masivos, acciones para promover Hábitos y Estilos de Vida Saludable. Seguimiento continúo a la calidad de la prestación del servicio con entrevistas a los usuarios participantes a las actividades
Llamadas telefónicas	Realizar seguimiento continuo a la calidad de la prestación del servicio por parte de los monitores a través de llamadas telefónicas realizadas a los usuarios y líderes de todos los grupos regulares y no regulares, por lo menos 2 efectivas a cada grupo, generando un ambiente de integración y familiarización con los líderes efectivizando su proceso comunal.
Reuniones con el equipo de trabajo	Realizar seguimiento continuo a la calidad de la prestación del servicio por parte de los monitores y facilitar la comunicación, coordinación y colaboración para lograr las metas y mejorar el rendimiento del equipo
Encuentros del sistema de entrenamiento	Mejorar la condición física, la salud y el rendimiento de los monitores con el fin de mejorar las capacidades físicas como la fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad y potencia y la capacidad de realizar actividades físicas y deportes de manera más eficiente y segura.
Fortalecimiento de Vías Activas y Saludables	Asesorar y actualizar a las autoridades locales para el establecimiento de actos administrativos y demás acciones que permitan la implementación y continuidad de la VAS regular en los municipios del departamento. • Capacitar a líderes comunitarios del programa HEVS Cauca de los municipios en la implementación de las VAS. • Articulación con el sector privado para el apoyo en las jornadas de vías activas y saludables. • Capacitación a estudiantes para prestar servicio social como guardianes de las vías activas y saludables. • Restablecer la Vía Activa y saludable generada mediante decreto en el municipio de Villa Rica
Diagnósticos VAS	Diligenciar formatos para llevar acabo las pruebas piloto, y así lograr inscribir la vía a la red colombiana de VAS, en apoyo intersectorial con otras entidades publicas y privadas
Jornadas VAS regulares	Asesorar y actualizar a las autoridades locales para el establecimiento de actos administrativos y demás acciones que permitan la implementación y continuidad de la VAS regular en los municipios del departamento. • Capacitar a líderes comunitarios del programa HEVS Cauca de los municipios en la implementación de las VAS. • Articulación con el sector privado para el apoyo en las jornadas de vías activas y saludables. • Asesorar a estudiantes para prestar servicio social como guardianes de las vías activas y saludables
Caminata 5k por la Salud	Realizar un evento masivo en el marco de la Semana Nacional HEVS que se celebra en Colombia del 22 al 29 de septiembre de cada año. Esta conmemoración busca promover hábitos saludables para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles y mejorar la calidad de vida.
Día Mundial de la Actividad Física	Conmemorar el Dia Mundial de la Actividad Física que se celebra el 6 de abril , esta fecha fue instaurada en 2002 por la Organización Mundial de la Salud (OMS) con el objetivo de concientizar a la población sobre la importancia de realizar actividad física diaria y sus beneficios para la salud.

17. COMPONENTES DE INVERSIÓN DEL PROYECTO

COMPONENTES DE INVERSIÓN DE LOS RECURSOS DEL MINISTERIO DEL DEPORTE

Rol Contractual	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total	Perfil	Obligaciones
Articulador HEVS Departamental	1	$ 3.770.000	$ 13.195.000	* Título profesional en el área del conocimiento de ciencias sociales y humanas; ciencias de la salud; ciencias de la educación; economía, administración, contaduría y afines. * Experiencia como Gestor(a) de Hábitos y Estilos de Vida Saludable de más de veinticuatro (24) meses; o como Articulador(a) HEVS- VAS como mínimo de veinticuatro (24) meses; o como Monitor(a) de Hábitos y Estilos de Vida Saludable como mínimo de treinta y seis (36) meses o en coordinación de grupos de trabajo de actividad física como mínimo de veinticuatro (24) meses de experiencia.	Ver anexo 1

Monitor Profesional Departamental	4	$ 3.210.000	$ 44.940.000	* Título profesional en carreras afines a la actividad física o deporte o recreación o áreas de la salud. * Experiencia certificada como mínimo de doce (12) meses en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical.• Residir obligatoriamente en el municipio donde realizará sus acciones.	Ver anexo 1
Monitor Sénior Departamental	1	$ 2.800.000	$ 9.800.000	* Título de Bachiller. * Experiencia como Monitor de Hábitos y estilos de Vida Saludable mínimo de veinticuatro (24) meses o en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical como mínimo de treinta y seis (36) meses de experiencia comprobada.	Ver anexo 1
Monitor No Profesional Departamental	2	$ 2.510.000	$ 17.570.000	• Título de Bachiller. • Experiencia comprobada como mínimo de seis (6) meses en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical, o haber participado y aprobado el sistema de capacitación territorial de hábitos y estilos de vida saludable el cual debe estar soportado con una certificación.	Ver anexo 1
Promotor HEVS - VAS	8	$ 1.900.000	$ 53.200.000	* Título de Bachiller. * Contar con un mínimo de seis (6) meses de experiencia certificada laboral relacionada en sesiones de actividad física en diferentes modalidades del fitness, entrenamiento personalizado o grupal certificada mediante contratos o certificaciones.	Ver anexo 1
Promotor JovenHEVS	1	$ 1.900.000	$ 6.650.000	* Título de Bachiller. * Contar con mínimo seis (6) meses de experiencia certificada laboral relacionada con sesiones de actividad física en diferentes modalidades del fitness, entrenamiento personalizado, grupal, o calistenia; o mínimo seis (6) meses de experiencia certificada laboral como líder o coordinador en danzas urbanas, latinas y/o tradicionales; o (6) meses de experiencia certificada laboral relacionada como líder o coordinador de grupos enfocados en el salto con cuerda. La experiencia debe estar certificada mediante contratos o certificaciones.	Ver anexo 1
		Total Aportes Ministerio del Deporte	$ 145.355.000		

COMPONENTES DE INVERSIÓN DE LOS RECURSOS DEL ENTE DEPORTIVO

Rol Contractual	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total	Perfil	Obligaciones
Articulador HEVS Departamental	1	$ 3.770.000	$ 5.655.000	* Título profesional en el área del conocimiento de ciencias sociales y humanas; ciencias de la salud; ciencias de la educación; economía, administración, contaduría y afines. * Experiencia como Gestor(a) de Hábitos y Estilos de Vida Saludable de más de veinticuatro (24) meses; o como Articulador(a) HEVS- VAS como mínimo de veinticuatro (24) meses; o como Monitor(a) de Hábitos y Estilos de Vida Saludable como mínimo de treinta y seis (36) meses o en coordinación de grupos de trabajo de actividad física como mínimo de veinticuatro (24) meses de experiencia.	Ver anexo 1
Monitor Profesional Departamental	4	$ 3.210.000	$ 19.260.000	* Título profesional en carreras afines a la actividad física o deporte o recreación o áreas de la salud. * Experiencia certificada como mínimo de doce (12) meses en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical.• Residir obligatoriamente en el municipio donde realizará sus acciones.	Ver anexo 1
Monitor Sénior Departamental	1	$ 2.800.000	$ 4.200.000	* Título de Bachiller. * Experiencia como Monitor de Hábitos y estilos de Vida Saludable mínimo de veinticuatro (24) meses o en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical como mínimo de treinta y seis (36) meses de experiencia comprobada.	Ver anexo 1

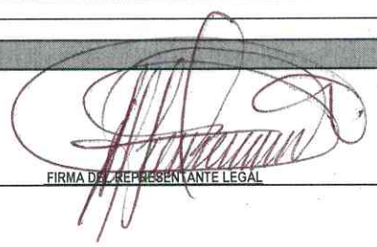
Monitor No Profesional Departamental	2	$ 2.510.000	$ 7.530.000	• Título de Bachiller. • Experiencia comprobada como mínimo de seis (6) meses en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical, o haber participado y aprobado el sistema de capacitación territorial de hábitos y estilos de vida saludable el cual debe estar soportado con una certificación.	Ver anexo 1
Promotor HEVS - VAS	8	$ 1.900.000	$ 22.800.000	* Título de Bachiller. * Contar con un mínimo de seis (6) meses de experiencia certificada laboral relacionada en sesiones de actividad física en diferentes modalidades del fitness, entrenamiento personalizado o grupal certificada mediante contratos o certificaciones.	Ver anexo 1
Promotor JovenHEVS	1	$ 1.900.000	$ 2.850.000	* Título de Bachiller. * Contar con mínimo seis (6) meses de experiencia certificada laboral relacionada con sesiones de actividad física en diferentes modalidades del fitness, entrenamiento personalizado, grupal, o calistenia; o mínimo seis (6) meses de experiencia certificada laboral como líder o coordinador en danzas urbanas, latinas y/o tradicionales; o (6) meses de experiencia certificada laboral relacionada como líder o coordinador de grupos enfocados en el salto con cuerda. La experiencia debe estar certificada mediante contratos o certificaciones.	Ver anexo 1
		Total Aportes Ente Deportivo	$ 62.295.000		
		Valor Total del Convenio	$ 207.650.000		

18. DOCUMENTOS COMPLEMENTARIOS DEL PROYECTO

Documentos (Anexos técnicos especificaciones técnicas líneas de inversión)	Breve descripción
Cronograma de actividades	Este documento se anexa con el proyecto
Presupuesto detallado	Este documento se anexa con el proyecto

19. FIRMA REPRESENTANTE LEGAL / ENTE EJECUTOR

NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS	TAYRO ALEXANDER LOPEZ GOMEZ
Nº DOCUMENTO DE IDENTIDAD	10.303.132
CARGO	GERENTE INDEPORTES CAUCA



FIRMA DEL REPRESENTANTE LEGAL