 ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA	MMDS01.03.15.F002.F054	
		VERSIÓN	002

TIPO DE INTERVENCIÓN

Sensibilización ☐ Capacitación ☒ Acompañamiento ☐ Seguimiento ☐ Jornada ☐

Otro, Cuál: _____

Virtual: ☐ Presencial: ☐ Individual: ☐ Colectiva: ☐

DATOS DEL ENTORNO

Educativo: ☐ Comunitario: ☒ Laboral: ☐ Institucional: ☐ Otro: _____

FECHA: 12/Mar/2025 HORA: 08:00am a 10:00 am


LUGAR: Caseta comunal barrio 7 de agosto

Nombre Representante del Escenario:

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
7	n/a	Caseta comunal

1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCIÓN:

El grupo de adulto mayor integración, de la comuna 7 del barrio 7 de agosto, es un grupo de adulto mayor liderado por la señora Gloria Rocio Hurtado en su principal medida está compuesto por mujeres adultas mayores 1 mujer adulta

 <p>ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA</p>	<p>MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)</p> <p>INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA</p>	<p>MMDS01.03.15.P002.F054</p>	
		<p>VERSIÓN</p>	<p>002</p>

2. OBJETIVO: Realizar sensibilización sobre el movimiento activo y actividad física como elemento de un estilo de vida saludable.

3. CONTENIDOS:

- Presentación ante el grupo
- Se da apertura de la charla con la comunidad sobre movimiento activo y salud
- Se realizan preguntas sobre conocimiento general sobre movimiento activo y buenos estilos de vida

4. METODOLOGÍA:

Se realiza de forma presencial abordando temáticas con lenguaje claro, se realizan preguntas de conocimiento general y se da retroalimentación del tema.


5. DESARROLLO DE LA INTERVENCIÓN:

- Se inicia dando a conocer como el movimiento activo en el curso de vida adulto mayor es esencial para mantener una buena salud física, mental y emocional

Orientaciones para el movimiento activo:

- **Ejercicio regular:** Actividades como caminar, nadar, yoga o tai chi son ideales para mejorar la movilidad y el equilibrio.
- **Rutinas adaptadas:** Es importante que las actividades sean adecuadas a las capacidades físicas de cada persona. Consultar con un médico o fisioterapeuta puede ser útil.
- **Socialización:** Participar en grupos de ejercicio o actividades comunitarias fomenta la interacción social y el bienestar emocional.
- **Variedad:** Combinar ejercicios de fuerza, flexibilidad y resistencia para trabajar

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

 <p>ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA</p>	<p>MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)</p> <p>INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA</p>	<p>MMDS01.03.15.P002.F054</p>	
		<p>VERSIÓN</p>	<p>002</p>

diferentes áreas del cuerpo.

- **Hidratación y descanso:** Mantenerse hidratado y descansar adecuadamente después de las actividades.

Efectos positivos sobre la salud:

- **Físicos:** Mejora la circulación, fortalece los músculos y huesos, y ayuda a prevenir enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión.
- **Mentales:** Reduce el riesgo de depresión y ansiedad, y puede mejorar la memoria y la función cognitiva.
- **Sociales:** Promueve la interacción con otras personas, lo que puede reducir la sensación de soledad.
- **Calidad de vida:** Aumenta la autoestima y proporciona una sensación de logro y bienestar.


6. RESULTADOS ALCANZADOS:

- Se realizó un impacto sobre la comunidad importante con una discriminación de

Mujeres: 32 curso adultez: 2 curso vejez: 30
Hombres: 2 curso: vejez:

6.1. Cumplimiento de objetivos:

El grupo participante adquiere un mayor conocimiento sobre la importancia frente al movimiento activo, su importancia y beneficios sobre la salud.

 ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PUBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA	MMDS01.03.15.P002.F054	
		VERSION	002

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

7.1. Evidencias Mecanismos de convocatoria

n/a

7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención

*Fotografía: Pie de foto con descripción



Actividad en barrio 7 de agosto kiosco

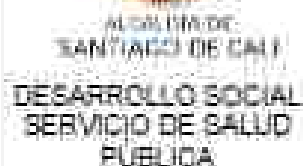
Firma



Nombre: Heiberth Andres Perez Zúñiga

Cargo: Contratista – fisioterapeuta

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio sin previa autorización del Alcalde.



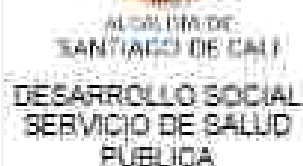
INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA

[illegible]

003

*Se anexa listado de asistencia de manera horizontal

Name		Address		City		State		Zip		Phone		Fax		E-mail		Web		Notes	
John Doe		123 Main St		Anytown		CA		90210		(415) 555-1234									
Jane Smith		456 Elm St		Springfield		IL		62701		(618) 555-5678									
Bob Johnson		789 Oak St		Chicago		IL		60601		(312) 555-9012									
Alice Brown		101 Pine St		Los Angeles		CA		90001		(213) 555-3456									
Charlie Davis		202 Cedar St		San Francisco		CA		94101		(415) 555-7890									
Diana Evans		303 Birch St		New York		NY		10001		(212) 555-2345									
Frank Green		404 Maple St		Seattle		WA		98101		(206) 555-6789									
Grace Hill		505 Walnut St		Portland		OR		97201		(503) 555-0123									
Henry King		606 Elm St		Denver		CO		80201		(303) 555-4567									
Ivy Lee		707 Oak St		Phoenix		AZ		85001		(602) 555-8901									
Jack Miller		808 Pine St		San Diego		CA		92101		(619) 555-2345									
Karen Wilson		909 Cedar St		San Jose		CA		95101		(408) 555-6789									
Leo White		1010 Birch St		San Antonio		TX		78201		(214) 555-0123									
Mia Young		1111 Maple St		San Jose		CA		95101		(408) 555-4567									
Noah Adams		1212 Walnut St		San Jose		CA		95101		(408) 555-8901									
Olivia Baker		1313 Elm St		San Jose		CA		95101		(408) 555-2345									
Peter Clark		1414 Oak St		San Jose		CA		95101		(408) 555-6789									
Quinn Evans		1515 Pine St		San Jose		CA		95101		(408) 555-0123									
Rachel Green		1616 Cedar St		San Jose		CA		95101		(408) 555-4567									
Samuel Hill		1717 Birch St		San Jose		CA		95101		(408) 555-8901									
Tina King		1818 Maple St		San Jose		CA		95101		(408) 555-2345									
Uma Lee		1919 Walnut St		San Jose		CA		95101		(408) 555-6789									
Victor Miller		2020 Elm St		San Jose		CA		95101		(408) 555-0123									
Wendy Wilson		2121 Oak St		San Jose		CA		95101		(408) 555-4567									
Xavier Young		2222 Pine St		San Jose		CA		95101		(408) 555-8901									
Yara Adams		2323 Cedar St		San Jose		CA		95101		(408) 555-2345									
Zoe Baker		2424 Birch St		San Jose		CA		95101		(408) 555-6789									
Adam Clark		2525 Maple St		San Jose		CA		95101		(408) 555-0123									

**INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA**

Abstract

002

Este documento es propiedad de la Administración Central de Datos de Santiago de Chile. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio sin previa autorización del alcalde.