

 ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG)  INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA	MMDS01.03.15.P002.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:** 02/Abr/2025 **HORA:** 07:00 am a 09:00 am

**LUGAR:** Cancha Polideportivo Calimio Decepaz

**Nombre Representante del Escenario:** Francia Helena Perez

**Telefono:** 3165025150

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
21	n/a	Cancha Polideportivo Calimio Decepaz

## 1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:

El grupo de adulto de la comuna 21 del barrio Calimio cedepaz, es un grupo de adulto mayor liderado Rubiel Alzate en su principal medida está compuesto por mujeres adultas mayores su población total es de 45 personas aproximadamente.

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

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.

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

### 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 INTERVENCION:

- 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 diferentes áreas del cuerpo.

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

- 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: 22 curso adultez: 3 curso vejez: 19**

**Hombres: 1 curso vejes:1**

**Etnia: 3 afro mujeres 20 otros**

**Discapacidad: 23 NO**

**Heterosexual: 23**


**Madre cabeza de hogar: 5 si 18no**

**Víctimas: 23 no**

### 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.

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

## 7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

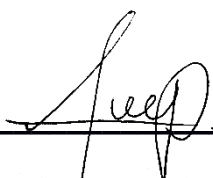
### 7.1.Evidencias Mecanismos de convocatoria n/a

### 7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención

\*Fotografía: Pie de foto con descripción




Actividad en polideportivo Calimio decepaz.

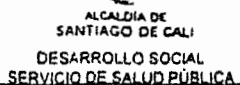
Firma 

**Nombre: Heiberth Andres Perez Zúñiga**  
**Cargo: Contratista – fisioterapeuta**

NOTA: Se anexa listado de asistencia compuesto por No. (2) folios.

\*Se anexa listado de asistencia de manera Horizontal

 ALCALDIA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PUBLICA		MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPGI)															MMDS01 03.15 PG01 F005										
REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD																	VERSION	001									
ACTA N°		X INFORME															LUGAR Unidad Rec. Calimpo Decapaz		FECHA 02-abr-2025								
OBJETIVO: Realizar sensibilización sobre movimientos activo y actividad física como elemento de un estilo de vida saludable.																	-HORA INICIAL 07:00 am		-HORA FINAL 09:00 am								
N°	Documento de identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia			Persona con capacidades especiales		Identidad de Género				Orientación Sexual				Madre Cabeza de Hogar		Vicina del Conflicto Armado		Tiene seres subterráneos		Correo Electrónico	Teléfono	Firma	
					Indígena	Afro	Otro	Si	No	Masculino	Femenino	Transmasculino	Transfeminino	Fluido	Heterosexual	Homosexual	Distorsión	Otro	Si	No	Si	No	Si				No
1	180973693	Francis Helen Perez	78	F			X				X				X			X	X						3165021150	Francis Perez	
2	31889270	Yvonne Ossa	62	F			X				X				X			X	X						3128289468	Yvonne Ossa	
3	31273645	Yolanda Votidoj	69	F			X				X				X			X	X						314183180	Yolanda B.	
4	66807033	Luz Estrella Valenzuela	56	F			X				X				X			X	X						304449259	Luz Estrella	
5	31993900	Deyanni Quintero	77	F	X					X					X			X	X						3126837403	Deyanni	
6	27517147	Martha-Lu Quintero	72	F	X					X					X			X	X						3108934216	Martha Luz	
7	22191171	Maria Rocelina Lopez	85	F		X				X					X			X	X								María Rocelina
8	35322740	Nelly Dorio	92	F		X				X					X			X	X						3197777721	Nelly Dorio	
9	31889605	Monela Quintero	66	F		X				X					X			X	X						3186527237	Monela Quintero	
10	31955569	Betty Rodriguez	59	F	X					X					X			X	X						315892719	Betty	
11	29898892	Laura Rocio Arroyave	90	F		X				X					X			X	X						3176741914	Laura Rocio	
12	31832683	Mirion Rojas	68	F		X				X					X			X	X						3106693273	Mirion Rojas	
13	29770893	Margarita Ruiz	77	F		X				X					X			X	X						319228274	Margarita	
14	66831273	Cecilia Castañeda	55	F		X				X					X			X	X						3160692174	Cecilia	
15	31920246	Magnolia Vides	62	F		X				X					X			X	X						319500162	Magnolia Vides	
16	25192273	Luz Maria Ojeda	80	F		X				X					X			X	X						3107576401	Luz M.	
17	29254470	Senaida Lopez	59	F		X				X					X			X	X						3124387057	Senaida	
18	12980316	Robiel Arias	73	M		X				X					X			X	X						3001760105	Robiel	
19	31831628	Glenn Gutierrez	61	F		X				X					X			X	X						316648669	Glenn	



MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION  
(MIPG)

MMDS01.03 15 P001 F005

VERSION

001

### REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

ACTA N°

INFORME

LUGAR  
Unidad Recre  
Calimto  
DecepaZ


FECHA

HORA INICIAL

HORA FINAL

02-01-2025  
07:00 am  
09:00 am

OBJETIVO Realizar sensibilización sobre movimiento afectivo y actividad física como elemento de un estilo de vida saludable.

N°	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia			Persona con capacidades especiales		Identidad de Género				Orientación Sexual				Madre Cabeza de Hogar		Víctima del Conflicto Armado		Tiene seres queridos		Correo Electrónico	Teléfono	Firma
					Indígena	Otro	Alto	Si	No	Masculino	Femenino	Transmasculino	Transfeminino	Fluido	Heterosexual	Homosexual	Bisexual	Otro	Si	No	Si	No	Si			
20	31972887	patricio rogers	57	F			X		X		X						X		X		X			3178431312		
21	3109447	carlos rodriguez	68	F			+		X		X					X		X		X				3172921831	Maria Z.	
22	2732268	maria ulian rodriguez	35	F			+		X		X					X		X		X				5016286312	maria z.	
23	3189071	elcy ossa	70	F			+		X		X					X		X		X				35041452	E/ky/550	