

 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: 04/Abr/2025 **HORA:** 08:00 am a 09:30 am

LUGAR: Caseta comunal calima

Nombre Representante del Escenario: Marlene Espitia orozco

Telefono: 3116403931

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
4	n/a	Caseta comunal calima

1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:

El grupo de adulto de la comuna 4 del barrio Calima, es un grupo de adulto mayor liderado Marlene Espitia Orozco en su principal medida está compuesto por mujeres adultas mayores su población total es de 38 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: 11 curso adultez: 1 curso vejez: 10

Hombres: 2 curso vejez: 1 curso adultez: 1

Etnia: 1 afro mujer 12 otros

Discapacidad: 13 NO

Heterosexual: 13


Madre cabeza de hogar: 13 no

Víctimas: 13 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.

 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

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

7.1. Evidencias Mecanismos de convocatoria n/a

7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención

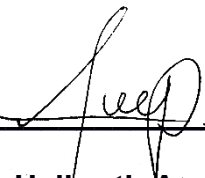
*Fotografía: Pie de foto con descripción



Actividad en caseta comunal calima.



Firma



Nombre: Heiberth Andres Perez Zúñiga
Cargo: Contratista – fisioterapeuta

NOTA: Se anexa listado de asistencia compuesto por No. (1) folios.

*Se anexa listado de asistencia de manera Horizontal

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.



ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN
(MIPG)

MMDS01.03.15.P001.F005

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

VERSION

001

ACTA N°:

INFORME:

LUGAR

FECHA:

HORA INICIAL

HORA FINAL

OBJETIVO: Realizar sensibilización sobre movimiento activo a través de clase musicalizada.

Comuna
Colima

01/06/2021

8:00 am.

9:30 am.

N°	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia			Persona con capacidades especiales		Identidad de Genero				Orientacion Sexual				Madre Cabeza de Hogar		Victima del Conflicto Armado		Tiene seres sintientes		Correo Electronico	Telefono	Firma
					Indigena	Afro	Otro	Si	No	Masculino	Femenino	Transmasculino	Transfemenino	Fluido	Heterosexual	Homosexual	Bisexual	Otro	Si	No	Si	No	Si			
1	31264123	Maria Elena Rivera.	63	M		X		X		X				X				X		X		X			3116407842	Maria Rivera
2	29092766	Luz Maria Zuniga.	47	M		X		X		X				X				X		X		X			4464492	Luz M Zuniga
3	29050206	Maria Lilia Lopez	88	M		X		X		X				X				X		X	X	X			3751060	Maria Lopez
4	25013617	Regina Salgado	77	M		X		X		X				X				X		X	X	X				Regina Salgado
5	28989881	Rosa Maria Sabogal.	71	M		X		X		X				X				X		X		X			3016953425	Rosa Sabogal
6	29070205	Ines Ocampo	79	M		X		X		X				X				X		X		X			3714205	I Ocampo
7	31290160	Maria del Carmen Sanchez	69	M	X			X		X				X				X		X		X				Maria Sanchez
8	2318133	Carmen Hurtado	82	M		X		X		X				X				X		X		X			4470116	Carmen Hurtado
9	31290160	Lilia Cuentez	61	M		X		X		X				X				X		X		X			4420634	Lilia Cuentez
10	2501367	Regina Alonso	75	M		X		X		X				X				X		X	X	X				Regina Alonso
11	1130670918	Ledy Sumbano	36	M		X		X		X				X				X		X		X			3154270210	Ledy Sumbano
12	16615213	Carlos Rojas	59	H		X		X		X				X				X		X		X			2043343172	Carlos Rojas
13	16616887	Martin Pedernera.	69	H		X		X		X				X				X		X		X			3071718	Martin C