 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: PROMOCION DE PRACTICAS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

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

DATOS DEL ENTORNO

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


FECHA: 21/abr/2025 **HORA:** 02:00 pm – 04:00pm

LUGAR: Caseta comunal

Nombre Representante del Escenario: Hulder escobar Monitor deportivo cel. 3156712839.

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
Rural	Corregimiento Felidia	Caseta comunal

- DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:** Promoción de las prácticas y estilo de vida saludable, para la prevención de enfermedades crónicas en el entorno comunitario de la ruralidad de Santiago de Cali, con enfoque en la promoción del movimiento activo y la actividad física.

 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

2. OBJETIVO:

- Realizar estrategias que promuevan una “Ruralidad Activa y Saludable” mediante el desarrollo de acciones para realizar sensibilización sobre el movimiento activo y actividad física como elemento de un estilo de vida saludable.

3. CONTENIDOS:

- Actividad física

4. METODOLOGÍA:

Se inició la intervención con la capacitación de manera presencial en la caseta comunal de Felidia, donde esta fue orientada al cuidado de la salud, con la finalidad de fomentar la actividad física y los estilos de vida saludable, para la prevención de enfermedades.


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.

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

- 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.
- 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 logro la promoción de prácticas y estilos de vida saludable a un total de 17 personas: Sexo 15 mujeres, 2 hombres, Mayores de 50 años. Etnia otro 17, Discapacidad 0, Madres cabeza de hogar 7, Víctimas del conflicto armado 0.

6.1. Evidencias Mecanismos de convocatoria

Se logro por medio de la líder del grupo de ruralidad Fisioterapeuta José Sandoval y el monitor deportivo del programa activamente de la secretaria de deporte Hulder Escobar.

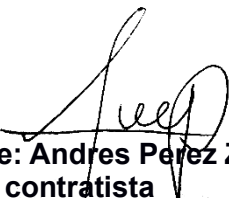
 ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA	MMDS01.03.15.P002.F054	
		VERSIÓN	002

7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención

*Fotografía: Pie de foto con descripción




Caseta comunal grupo adulto mayor Felidia

Firma: 
Nombre: Andres Perez Zuñiga
Cargo: contratista
Sub grupo: Estilos de vida saludable

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 PUBLICA

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN
(MIFGI)

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMD501 03-15 POC-F005

VERSION: 01

ACTA N°

ETIQUETA

INFORME

Realizar estrategias que promuevan una ruralidad saludable. Mediante desarrollo de acciones para sensibilizar sobre movimiento activo.

LUGAR

Caseta comunal Telidica

FECHA

21 - Ab. - 2025

HORA INICIAL

2:00 pm

HORA FINAL

4:00 pm.

Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia			Persona con capacidades especiales		Identidad de Género				Orientación Sexual				Madre Cabeza de Hogar		Victima del Conflicto Armado		Tiene series sintomas		Correo Electronico	Telefono	Firma
				Indigena	Afro	Otro	Si	No	Masculino	Femenino	Transmasculino	Transfemenino	Bisexual	Homosexual	Gay	Cero	Si	No	Si	No	Si	No			
1 31921887	Luz Rocio	63	F				X	X	X				X				X		X	X				312834616	Dr Rocio
2 31863871	Elsa Maria	65	F				X	X	X				X				X		X	X				3122897489	Dr Elsa Maria
3 18943154	Cesar J. Alzate	77	M				X	X	X				X				X		X	X				310442966	Dr Cesar
4 29104312	Martha Gomez	80	F				X	X	X				X				X		X	X				311710819	Dr Martha Gomez
5 27433003	Florinda	60	F				X	X	X				X				X		X	X				323345167	Dr Florinda
6 31273185	Clotilde	68	F				X	X	X				X				X		X	X				320768285	Dr Clotilde
7 29104325	Concepcion	68	F				X	X	X				X				X		X	X				312246461	Dr Concepcion
8 66904905	Mariela	50	F				X	X	X				X				X		X	X				315794882	Dr Mariela
9 25516817	Spagnolo Rico	73	F				X	X	X				X				X		X	X				315794882	Dr Spagnolo
10 31946493	Francisca	59	F				X	X	X				X				X		X	X				3195424733	Dr Francisca
11 38602147	Padra Molina	46	F				X	X	X				X				X		X	X				3016741814	Dr Padra
12 32966641	Lidia	82	F				X	X	X				X				X		X	X					
13 31954121	Martha C. Oroz	58	F				X	X	X				X				X		X	X				3154373106	Dr Martha
14 31992467	Luz Nelly	56	F				X	X	X				X				X		X	X				3006710032	Dr Nelly
15 27453602	Maria	67	F				X	X	X				X				X		X	X					
16 31545211	Frederica	78	F				X	X	X				X				X		X	X				315452118x	Dr Frederica
17 31545211	Frederica	65	F				X	X	X				X				X		X	X				315452118x	Dr Frederica