


| | | | |
|--|---|------------------------|-----|
|  <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 |

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: 08/May/2025 **HORA:** 09:00 am – 10:00 am

LUGAR: polideportivo

Nombre Representante del Escenario: Rubiela Hernández cel. 3153461112

| COMUNA | INSTITUCIÓN | SEDE |
|--------|--------------------------|---------------|
| Rural | Corregimiento la buitrea | polideportivo |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

- 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 la 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 el polideportivo de la buiterra, 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 7 personas:
Sexo: 7 mujeres, 0 hombres, curso de vida vejez 7. Etnia: otro 7, Discapacidad 0, Madres cabeza de hogar 0, 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.

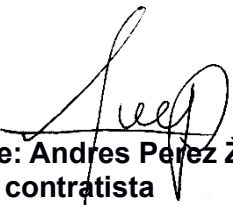
| | | | |
|--|---|------------------------|-----|
|  <p>ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI</p> <p>DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA</p> | <p>MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG)</p> <p>INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA</p> | MMDS01.03.15.P002.F054 | |
| | | VERSIÓN | 002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

7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención

*Fotografía: Pie de foto con descripción



Polideportivo la buiterra grupo de adulto mayor

Firma: 

Nombre: Andres Perez Zuñiga

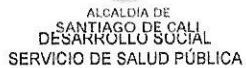
Cargo: contratista

Subgrupo: 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.



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN
(MIPG)

MMDS01.03.15.P001.F005

VERSION

001

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

ACTA N°:

INFORME:

| | |
|-------|--|
| LUGAR | |
|-------|--|

FECHA:

OBJETIVO: Realizar actividades que promuevan una vitalidad activa y saludable mediante el desarrollo de acciones para la sensibilización del movimiento act. ro.

Adolfo Mayo.
La huasteca.

08 / May / 2025.

HORA INICIAL

$00' = 00 \text{ @ } m.$

HORA FINAL

10:00 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 | 38999550 | Melina Cifella Narango | 82 | F | | | X | | X | X | | | | | X | | | X | | X | X | | | 3219214 | Melina Narango | |
| 2 | 29108083 | Maria Lany Rwin | 75 | F | | | X | | X | X | | | | | X | | | X | | X | X | | | 3101756260 | Maria Lany Rwin | |
| 3 | 31246386 | Martha Suarez | 70 | F | | | X | | X | X | | | | | X | | | X | | X | X | | | 3161977419 | Martha Suarez | |
| 4 | 25672910 | Leandro Cordoba | 84 | F | | | X | | X | X | | | | | X | | | X | | X | X | | | 322638259 | Leandro Cordoba | |
| 5 | 26400944 | Maria Gladys Pina | 80 | F | | | X | | X | X | | | | | X | | | X | | X | X | | | 3147947773 | Maria Gladys Pina | |
| 6 | 31522230 | Rubén Hernandez | 65 | F | | | X | | X | X | | | | | X | | | X | | X | X | | | 3153461112 | Ruben Hernandez | |
| 7 | 3127812 | Esther Barrios | 70 | F | | | X | | X | X | | | | | X | | | X | | X | X | | | 3399938 | Esther Barrios | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |