

	MUNICIPIO DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA NIT: 891.900.289-6	PÁGINA 1 DE 8
		CÓDIGO: DE-FR-05
	ACTA DE REUNIÓN	VERSIÓN: 01
		FECHA: 01/03/2024

100.9

FECHA: 10 SEPTIEMBRE 2025	
ACTA N°: 005	LUGAR: Estadio Municipal, polideportivo barrio Unión de Vivienda y punto de encuentro Avenida Omar Rayo
HORA DE INICIO: 7:00 AM	HORA FINAL: 8:00 PM
OBJETIVO DE LA REUNIÓN: Conmemorar el Día Mundial del Corazón, adquiriendo hábitos saludables y disminuir los riesgos metabólicos.	

1. ASISTENTES

- Johanna Victoria C. Auxiliar de enfermería PIC
- María José Sánchez, auxiliar de enfermería PIC
- María Medina, psicóloga PIC
- Comunidad en general

2. DESARROLLO DE LA REUNIÓN

En conmemoración del Día Mundial del Corazón a celebrarse el mes de septiembre el equipo PIC municipal inicia una campaña durante los días 10 y 11 dentro del proyecto estilos de vida saludable orientado a fomentar los estilos de vida saludable y disminuir los riesgos cardio-metabólicos dando cubrimiento a grupos poblacionales Veteranos de fútbol del municipio de Roldanillo, grupo vivir Saludable y mujeres invencibles quienes practican diferentes actividades físicas, la auxiliar de enfermería Johana Victoria Cuervo, María José Sánchez Auxiliar de enfermería y María Medina, psicóloga quienes hacen parte del equipo del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Roldanillo Valle del Cauca, esta campaña desarrolla en tres jornadas consecutivas iniciando el día 10 a las 2:00 pm. y dando continuidad el 11 de septiembre a las 7:00 am. y tercer grupo a las 7:00 pm.

La campaña se adelanta cumpliendo las siguientes actividades:

	MUNICIPIO DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA NIT: 891.900.289-6	PÁGINA 2 DE 8
		CÓDIGO: DE-FR-05
	ACTA DE REUNIÓN	VERSIÓN: 01
		FECHA: 01/03/2024

100.9

1- Medición de riesgo cardiovascular (presión arterial-peso corporal- medición de la circunferencia abdominal)

2- Educación en salud: sobre autocuidado y promoción de la salud, para el desarrollo de la actividad se utilizó una maqueta del corazón, en la cual se señalaron y explicaron sus principales partes y funciones. Lo que le permitió a los asistentes comprender de forma sencilla y dinámica la importancia de este órgano en el cuerpo humano. La explicación se realizó en modalidad de conversatorio, lo que facilitó la participación activa de los asistentes, mientras se mostraban las partes del corazón, se resolvían dudas y se abrió el espacio para que los participantes expresaran sus puntos de vista acerca de la importancia de cuidarlo, como mantenerlo saludable, los beneficios que han experimentado en su vida al practicar actividad física.

Función principal: Es el órgano encargado de bombear la sangre a todo el cuerpo, llevando oxígeno y nutrientes a los órganos y tejidos e eliminando los desechos del cuerpo a través de la circulación.

Qué pasa si el corazón no funciona: Los órganos no reciben suficiente oxígeno, lo que conlleva a presentar cansancio, falta de aire, mareos o dolor en el pecho, causando un infarto, insuficiencia cardíaca o incluso la muerte.

Factores de riesgo: tabaquismo, consumo excesivo de alcohol, mala alimentación (alta en grasa, sal y azúcar), sedentarismo, estrés constante, enfermedades como hipertensión diabetes y colesterol alto mal controlados.

Factores protectores y medidas de auto cuidado: realizar ejercicio de forma regular (mínimo 150 minutos por semana, 30 minutos diarios por 5 días), incluir la caminata de los 100 pasos diarios que es una recomendación sencilla aprovechar los desplazamientos al ir al trabajo, al supermercado, al colegio en vez de utilizar medio de transporte en trayectos cortos, mantener una alimentación balanceada priorizar frutas, verduras, legumbres y agua, evitar el consumo de tabaco y alcohol que son los principales factores que dañan las arterias y el corazón, dormir bien, asistir a controles médicos periódicos.

	MUNICIPIO DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA NIT: 891.900.289-6	PÁGINA 3 DE 8
		CÓDIGO: DE-FR-05
	ACTA DE REUNIÓN	VERSIÓN: 01
		FECHA: 01/03/2024

100.9

La psicóloga intervino brindando una reflexión: nuestro corazón no solo se cuida con ejercicio y buena alimentación, también se protege desde lo emocional y lo mental; el estrés, la tristeza acumulada, la ansiedad y las preocupaciones constantes hacen que nuestro corazón lata más rápido, se fatigue y sufra. Por eso, cuidar nuestras emociones es también cuidar nuestro corazón, cuando aprendemos a expresar lo que sentimos, cuando buscamos espacios de calma, cuando reímos, compartimos tiempo con personas que queremos, estamos fortaleciendo no solo nuestra mente, sino también nuestro corazón por qué Un corazón sano es un corazón que late tranquilo, no solo porque tiene arterias limpias, sino porque también está en paz.

Hoy la invitación es a escuchar lo que sentimos, a darnos permisos para descansar, a pedir ayuda cuando la necesitamos, y a regalarnos momentos que nos den alegría. Porque la salud mental es también salud del corazón.

3- Orientación individualizada a los pacientes identificados con riesgo

metabólico: como resultado de la medición del riesgo se identifican el 7%(2 personas canalizadas al servicio de salud por riesgo alto), al resto se le realiza intervención de acuerdo a la variable alterada (imc, hábitos saludables).

3. CARACTERIZACION

EDAD						ORIENTACIÓN				GÉNERO		ETNIA				CONDICIÓN DISCAPACIDAD						ZONA	
0-5	6-11	12-18	19-25	26-35	36 y +	LESBIAN	GAY	BISEXUAL	HETERO	FEMENI	MASCULI	AFRO	INDIGEN	ROM	OTRO	FÍSICA	VISUAL	AUDITIV	COGNITI	MUJER	VICT.	RURAL	URBANA
0	0	0	0	28	37	0	0	0	65	34	31	0	0	0	65	0	0	0	0	0	0	11	54

En esta actividad se abordaron 65 personas del área urbana y rural del municipio en grupos poblacionales: 43% de 27 a 59 años (28), 57% mayores de 60 años(37), orientación sexual 100% heterosexual (65), 31% pertenece al género masculino(31), 34% género femenino(34), por etnia el 100% se clasifica en otro, No se atendieron personas con discapacidad, 17% zona rural(11), 83% zona urbana (54).

Carrera 7 No 7 – 17, Código Postal 761550

PBX 2490000

E-mail alcaldia@roldanillo-valle.gov.co

www.roldanillo-valle.gov.co

	MUNICIPIO DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA NIT: 891.900.289-6	PÁGINA 4 DE 8
		CÓDIGO: DE-FR-05
	ACTA DE REUNIÓN	VERSIÓN: 01
		FECHA: 01/03/2024

100.9

4. COMPROMISOS

- Los participantes se comprometen a fortalecer los hábitos saludables.
- Incluir actividad física diaria en el plan de trabajo.
- Modificar las dietas incluyendo frutas y verduras diariamente.
- Motivación a los asistentes a asistir a controles según su ciclo de vida.

5. OBSERVACION:

- Los participantes manifestaron que mediante la práctica constante del ejercicio han logrado controlar sus patologías de base.
- Se realizó canalización de 2 personas con cifras tensionales elevadas a la ruta de adultez para su respectivo seguimiento y control médico.
- La metodología acción participación utilizada promovió una actitud participativa durante toda la actividad por parte de los asistentes, quienes respondieron al llamado de forma activa y comprometida.
- La actividad cumplió con los objetivos de la conmemoración del día Mundial, del corazón, promoviendo los buenos hábitos saludables
- Como resultado de esta actividad se identificó el 7% de personas con riesgo cardio metabólico alto canalizado a los servicio de salud del hospital.

6. ANEXOS

- Registro fotográfico

	MUNICIPIO DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA NIT: 891.900.289-6	PÁGINA 5 DE 8
		CÓDIGO: DE-FR-05
	ACTA DE REUNIÓN	VERSIÓN: 01
		FECHA: 01/03/2024

100.9



100.9

Listado de asistencia

[illegible][illegible]



MUNICIPIO DE ROLDANILLO
VALLE DEL CAUCA
NIT: 891.900.289-6

PÁGINA 7 DE 8

CÓDIGO: DE-FR-05

ACTA DE REUNIÓN

VERSIÓN: 01

FECHA: 01/03/2024

100.9

SECRETARÍA DE SALUD MUNICIPAL - ROLDANILLO		REGISTRO DE ASISTENCIA		Plan de Intervenciones Colectivas	
11 de Septiembre 2025		Roldanillo		19-001	
Acta de emergencia		Declaración de Emergencia		19-001	
Nº	PRENOMINADO	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE ATENCIÓN
1	Morley	Enrique	Rubiano	66.574.306	33.9.2025
2	Ricet	Enrique	Amorales	66.574.306	33.9.2025
3	Iuz	Enad	Enad	66.574.306	33.9.2025
4	Gloria	Soto	Sanchez	66.574.306	33.9.2025
5	Lucy	—	—	66.574.306	33.9.2025
6	José	Huiz	Soto	66.574.306	33.9.2025
7	Martha	Amador	Munillo	66.574.306	33.9.2025
8	Carlos	Arce	Palacios	66.574.306	33.9.2025
9	Ann	Perez	Perez	66.574.306	33.9.2025
10	Lucy	—	—	66.574.306	33.9.2025
11	Pampero	—	—	66.574.306	33.9.2025
12	Bertha	mez	Fernandez	66.574.306	33.9.2025
13	Los	marina	Fernandez	66.574.306	33.9.2025
14	Maria	Battu	Soto	66.574.306	33.9.2025

SECRETARÍA DE SALUD MUNICIPAL - ROLDANILLO		REGISTRO DE ASISTENCIA		Plan de Intervenciones Colectivas	
11 de Septiembre 2025		Roldanillo		19-001	
Acta de emergencia		Declaración de Emergencia		19-001	
Nº	PRENOMINADO	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE ATENCIÓN
1	Luis	Edmundo	Rubiano	66.574.306	33.9.2025
2	John	Enad	Enad	66.574.306	33.9.2025
3	Los	marina	Fernandez	66.574.306	33.9.2025
4	Bertha	mez	Fernandez	66.574.306	33.9.2025
5	Carla	Isabel	Enad	66.574.306	33.9.2025
6	Monica	—	—	66.574.306	33.9.2025
7	Monica	—	—	66.574.306	33.9.2025
8	Cecilia	—	—	66.574.306	33.9.2025
9	Teresa	—	—	66.574.306	33.9.2025
10	Lilley	—	—	66.574.306	33.9.2025
11	Ricardo	—	—	66.574.306	33.9.2025
12	Nancy	—	—	66.574.306	33.9.2025
13	Los	marina	Fernandez	66.574.306	33.9.2025
14	Martha	—	—	66.574.306	33.9.2025

	MUNICIPIO DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA NIT: 891.900.289-6	PÁGINA 8 DE 8
		CÓDIGO: DE-FR-05
	ACTA DE REUNIÓN	VERSIÓN: 01
		FECHA: 01/03/2024

100.9



Johanna Victoria C.

Firma Responsable(s):

Johanna Victoria C

29775187

Auxiliar de enfermería

Maria José Sánchez R.

María José Sánchez.

Auxiliar de enfermería PIC

María Medina

María medina; psicóloga PIC

Transcribió: Johanna Victoria C.

Archívese en: PIC municipal 2025