

ALCALDÍA MUNICIPAL DE NORCASIA CALDAS
NIT 810.002.963-5

	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

ACTA. 03

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:
DIMENSIÓN SALUD Y ÁMBITO LABORAL.
TEMA: Educación y comunicación para la alimentación saludable. FECHA: 04 septiembre 2025
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
Fortalecer el conocimiento de la población sobre una alimentación saludable, lo cual permite prevenir enfermedades ligadas a una alimentación desequilibrada permitiendo que se cumpla el ciclo de la vida brindando energía y vitalidad, concientizando sobre la aplicación de practicas saludables.
3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:
El día 04 septiembre 2025 se realiza mediante captación a trabajadores informales del municipio de Norcasia y alrededores las cuales fueron identificadas en la caracterización realizada en la base de datos. Se brinda educación sobre temas como: <ul style="list-style-type: none">• Que es la alimentación saludable.• ¿Qué características debe de tener una alimentación saludable?• Nutriente que aportan los alimentos• Grupos de alimentos que se deben consumir. Se socializa la pirámide de alimentos con paleta informativa al grupo de personas asistentes.
4. REGISTRO FOTOGRAFICO


ALCALDÍA MUNICIPAL DE NORCASIA CALDAS

NIT 810.002.963-5

	PLAN INTERVENCIONES COLECTIVAS	Código: 400.30
		Versión: 1
		Fecha: 10/12/2020
		Página: 1 de 1

5. ANEXOS

Recomendaciones generales

- Incluir los estilos de vida saludable en su rutina diaria para mejor las condiciones de salud.
- Contar con afiliación a seguridad social.

6. ANEXOS:

FOLLETO

SALUD MENTAL

DIMENSIÓN SALUD Y ÁMBITO LABORAL

Componentes:

- a. Seguridad y salud en el trabajo.
- b. Situaciones prevalentes de origen laboral.
- c. Estilos de vida saludable
- d. factores protectores para enfermedades

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Un estilo de vida saludable repercute de forma positiva en la salud. Comprender hábitos como la práctica habitual de ejercicio, una alimentación adecuada y saludable, el disfrute del tiempo libre, actividades de socialización, mantener la autoestima alta, etc.

TABACO O SALUD

FACTORES PROTECTORES PARA LA SALUD.

Se han determinado factores de riesgo para otro tipo de problemas de salud. Por ejemplo, factores para desarrollar enfermedades cardiovasculares (ECV) incluyen no hacer ejercicio y fumar. Más específicamente, algunos de los factores de riesgo modificables para las ECV incluyen alta presión sanguínea, mucho colesterol en la sangre, fumar cigarrillos, inactividad física y diabetes. Como dijimos anteriormente, los factores protectores en ocasiones son el lado contrario de los factores de riesgo. Así, algunos de los factores protectores para las ECV podrían incluir: baja presión sanguínea, bajo colesterol, ser un no fumador, ejercicio, y mantenerse en el peso correcto.

ALIMENTACIÓN

Plato saludable de la familia Colombiana

ADRIANA ROJAS GONZÁLEZ
PROFESIONAL SALUD OCUPACIONAL
CC: 1.111.194.196

	E.S.E HOSPITAL SAGRADO CORAZON REGISTRO DE ASISTENCIA	
		Fecha: 2024

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Educación y comunicación para la alimentación saludable FECHA: 04 SEP 2023

LUGAR: NARCISIA RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: ANDRÉS RAÚL GONZÁLEZ - PROFESORAL SUD

N°	Asistentes (nombre completo y legible)	N° Documento	Teléfono	Correo electrónico	Entidad/ Dependencia	Sector		*Grupo Poblacional	Firma
						Urbano	Rural		
1	Maria Gaitana Sánchez	52293663	3133875162		trabajador	x		2	Maria Gaitana S.
2	Marta Emilsa Franco	28742739	312435463		trabajador	x		2	Marta Emilsa F.
3	Ma. Nohé Saldaña	25135370	3147569228		trabajador	x		2	Nancy Saldaña
4	Liceny Buitrago	1128627293	3233332480		trabajador	x		3	LICENY B.
5	Oveida Daiz Idarraza	52402309	314776152		trabajador	x		3	OVEIDA DIAZ
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									

*Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad, (2) Víctima del conflicto, (3) Afrocolombiano, (4) Indígena, (5) Menor de 18 años, (6) Desmovilizado, (7) Adulto Mayor, (8) Otra



E.S.E Hospital Departamental Sagrado Corazón
 Necosis - Caldas
 Carrera 2 # 8 - 10 La Variente
 Teléfono: 312 43 54 63 / 312 43 54 63
 E-mail: hospital.sagrado.corazon@caldas.gov.co