

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. 06

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:
<p>DIMENSIÓN SALUD Y ÁMBITO LABORAL.</p> <p>TEMA: Educación y comunicación para el fortalecimiento de factores protectores hacia el control de enfermedades respiratorias crónicas.</p> <p>FECHA: 18 septiembre 2025</p>
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
<p>Sensibilizar sobre las enfermedades y problemas que afectan la salud de la población, principalmente las respiratorias, y contribuir al diseño, implementación y evaluación de intervenciones para su prevención y control, por medio de la información brindada o toda la comunidad.</p>
3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:
<p>El día 18 de septiembre de 2025 se realiza captación de los trabajadores informales del municipio de Norcasia y alrededores las cuales fueron identificadas en la caracterización realizada en la base de datos.</p> <p>Para brindar educación sobre temas como:</p> <ul style="list-style-type: none">• Prevención y auto cuidado de las enfermedades Respiratorias.• Signos y síntomas de las enfermedades respiratorios en adultos y niños.• Frecuente lavado de manos.• Prevención y aplicación de vacunas• Uso de tapabocas <p>Recomendaciones generales</p> <ul style="list-style-type: none">• Contar con alcohol para la higiene de manos.• Tápese la boca y la nariz al toser o estornudar.

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

4. REGISTROS FOTOGRÁFICOS:



5. ANEXOS:

FLAYER

ENFERMEDADES RESPIRATORIAS

¿Qué son?

Son un grupo de enfermedades causadas por diferentes microorganismos como virus y bacterias, que comienzan de forma repentina y duran menos de 2 semanas. Como por ejemplo influenza, COVID-19 y resfriado común.

Se incrementan principalmente durante los cambios de clima, de estaciones y temporada invernal.

¿Cómo se transmiten?

Se transmiten de persona a persona a través de las gotitas de saliva que expulsamos al toser o estornudar

¿Qué síntomas se presentan?

Tos

Dolor de cabeza

Fiebre

Problemas para respirar

Acompañados de al menos uno de los siguientes signos o síntomas:

- Dolor muscular
- Dolor de articulaciones
- Dolor de garganta
- Escalofríos
- Dolor en el pecho

- Congestión nasal o escurrimiento nasal
- Incremento de la frecuencia respiratoria
- Pérdida del olfato
- Pérdida del gusto
- Conjuntivitis o infección en los ojos

¡Sigue cuidándote!

Y recuerda, ante cualquier síntoma respiratorio, busca atención médica y evita automedicarte

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

FOLLETO

SALUD MENTAL

Territorial

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

	<p align="center">E.S.E HOSPITAL SAGRADO CORAZON</p> <p align="center">REGISTRO DE ASISTENCIA</p>	
		<p>Fecha: 2024</p>

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Educación y comunicación para el fortalecimiento de factores protectores hacia el control de enfermedades respiratorias crónicas FECHA: 18 Sep 2025

LUGAR: Norcesia RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: Alicia Roldán González - profesional SJO

N°	Asistentes (nombre completo y legible)	N° Documento	Teléfono	Correo electrónico	Entidad/ Dependencia	Sector		*Grupo Poblacional	Firma
						Urbano	Rural		
1	Margarita Pineta Jurado	25147484	3142697801		trabajador	✓		2	Margarita P.
2	Omaira Quintero Giraldo	21509636	3211172240		trabajador	✓		2	Omaira Quintero
3	Diana Patricia Alvarado	20830589	3137130244		trabajador	✓		2	Diana P. Alvarado
4	Luz Helena Pérez Buitrago	52066871	3013336171		trabajador	✓		2	Luz Helena P.
5	Maria Alaida Rincón	3085556	3147490699		trabajador	✓		2	Maria Alaida
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
 Versión: 1.0
 Carrera 2 # 9 - 13 La Varadero
 Bogotá D.C. - Colombia
 Teléfono: (57) 1 234 5678