 ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES EN SALUD	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

FECHA: 08/Oct/2025

HORA: INICIAL 03:30 am

HORA: FINAL 04:30 pm

LUGAR: Virtual <https://meet.google.com/aut-xdid-vgo>

ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN (Marca con X)

Sensibilización ☐ Capacitación ☐ Acompañamiento ☐ Seguimiento ☐ Jornada ☐

Articulación ☐ Otro, Cuál: Supervisión

TIPO (Marca con X)

Individual: ☒ Colectiva: ☐

MODALIDAD (Marca con X)

Virtual: ☒ Presencial: ☐

DATOS DEL ENTORNO (Marca con X)

Educativo: ☐ Comunitario: ☐ Laboral: ☐ Institucional: ☒ Hogar: ☐


Datos de quien recibe la intervención:

Nombre: Lorena Pineda

Contacto: 300 8484406

Correo: jenny.pineda@cali.gov.co

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

 <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 EN SALUD</p>	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

1. OBJETIVO: Realizar supervisión a las actividades del pic 2025

2. ORDEN DEL DÍA:

- 2.1. Verificación del quorum.
- 2.2. Desarrollo de la Intervención.
- 2.3. Resultados alcanzados.
- 2.4. Conclusiones o recomendaciones.

3. DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

Siendo las 08:00 pm se inicia la revisión de los módulos 1 a 5 de la cartilla de la estrategia mujeres cuidadoras. Esta revisión se realizó con la finalidad de ver que dichos módulos contengan la estructura solicitada en los lineamientos técnicos de estos. A continuación, se describe el contenido de dichos módulos y su objetivo:

Modulo 1 Salud y estilos de vida saludable


Objetivo: Informar la importancia de llevar un estilo de vida saludable para mantener la salud reproductiva.

Contenido:

- Estilo de vida saludable: hábitos que favorecen la fertilidad.
- Alimentación balanceada y su impacto en la salud reproductiva.
- Ejercicio físico regular y su relación con la salud hormonal.
- Evitar el consumo de sustancias tóxicas (alcohol, tabaco, drogas).

Actividades: Talleres sobre nutrición saludable, elaboración de menús balanceados, sesiones de ejercicios y actividades al aire libre.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

 <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 EN SALUD</p>	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

Módulo 2: Nutrición y actividad física para una vida saludable.

Objetivo: Enseñar la importancia de la alimentación adecuada y la actividad física para la salud de la mujer, en especial en la etapa fértil.

Contenidos:

- La importancia de la hidratación para la salud general y reproductiva.
- Alimentación saludable antes, durante y después del embarazo.
- Ejercicio físico y actividad para el bienestar general: prevención de enfermedades.
- Prevención de enfermedades comunes como diabetes y obesidad a través de hábitos saludables.

Actividades: Talleres prácticos de cocina saludable, rutinas de ejercicio para todas las edades y niveles, yoga y pilates para mujeres.

Módulo 3: Cuidado emocional y manejo del estrés.


Objetivo: Promover la salud emocional y mental como parte de un estilo de vida saludable, enfocándose en la gestión del estrés y la salud mental.

Contenidos:

- Relación entre el estrés y la salud reproductiva: cómo el estrés puede afectar la fertilidad.
- Técnicas de relajación y mindfulness para reducir el estrés.
- El autocuidado emocional: reconocer y gestionar las emociones.
- Importancia del descanso adecuado y el sueño reparador.
- Manejo de la ansiedad y la depresión, y su impacto en la salud materna.

Actividades: Sesiones de meditación guiada, talleres de manejo del estrés, ejercicios de respiración y relajación.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

 <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 EN SALUD</p>	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

Módulo 4: Prevención de enfermedades mediante hábitos saludables.

Objetivo: Enfocar en la prevención de enfermedades que afectan a las mujeres de edad fértil, a través de hábitos saludables.

Contenidos:

- Prevención de enfermedades cardiovasculares: importancia de la actividad física y la dieta.
- Salud ósea: cómo prevenir la osteoporosis mediante ejercicio y nutrición.
- Prevención de cánceres femeninos (de mama y cuello uterino) a través de autoexámenes y visitas médicas regulares.
- Prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS): prácticas sexuales seguras y autocuidado.
- Importancia de la vacunación y chequeos médicos preventivos.


Actividades: Talleres prácticos sobre autoexámenes de mama, visitas de profesionales para hablar sobre prevención de ITS, y ejercicios para mejorar la salud ósea y cardiovascular.

Módulo 5: Estilo de vida y planificación a largo plazo para la salud materna.

Objetivo: Fomentar la planificación familiar y el autocuidado a largo plazo para la salud materna.

Contenidos:

- Planificación familiar: importancia de esperar el tiempo adecuado entre embarazos.
- La importancia del control médico regular y cómo llevar un historial de salud.
- Mantener un estilo de vida activo y saludable después del embarazo.
- Impacto de la maternidad en la salud a largo plazo: prevención de problemas de salud postparto.
- Cómo mantener hábitos saludables a lo largo de la vida: la importancia de la educación continua y el autocuidado.

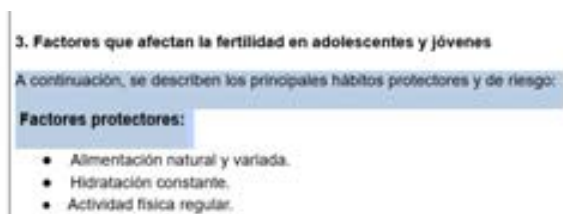
 ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES EN SALUD	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

Actividades: Creación de un plan personal de autocuidado y charlas sobre la importancia de las consultas regulares con el ginecólogo/a.

Revisión:


Modulo 1: tema 1

Se recomienda realizar ajustes en el tema 1 donde se debe de ajustar la redacción lo cual genera mayor comprensión de la temática expuesta en el tema 1 más específicamente en el componente de los factores que afectan la fertilidad en adolescentes y jóvenes.



Tema 3

Se recomienda en el tema 3 (Ejercicios físico regular y su relación con la salud hormonal) ajustar la metodología a emplear ya que se está poniendo la misma del tema 2 el cual hace referencia a la alimentación.


 ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES EN SALUD	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

TEMA 3_ EJERCICIO FISICO Y REGULAR Y SU RELACION CON LA SALUD HORMONAL .DOCX ☆ 📁 ☁

Archivo Editar Ver Insertar Formato Herramientas Zotero Ayuda

100% ▾ Texto nor... ▾ Arial ▾ - 11 + B I U A 🔗 📎 📄 Z |

2 1 1 2 3 4 5 7 8 9 10 12 13 14 15 16 17 18 19


 ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI <small>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO GESTIÓN Y DESARROLLO DEL TALENTO HUMANO</small>	SISTEMAS DE GESTIÓN Y CONTROL INTEGRADOS (SISTEDA,SGC Y MECI) FICHA DE FORMULACIÓN DE PROYECTOS DE CAPACITACIÓN DE LA SSPM	MATH92 05.04.18 P01 F05 - SS	
		VERSIÓN	1
		FECHA DE ENTRADA EN VIGENCIA	02/feb/2015

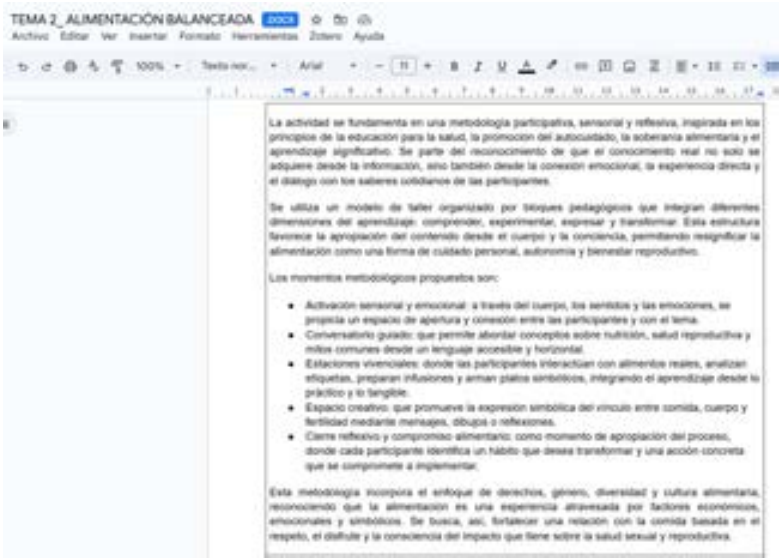
Los momentos metodológicos incluyen:

- **Activación sensorial y emocional:** Se promueve la conexión con los alimentos a través de los sentidos (olfato, tacto, sabor, vista) y la memoria emocional.
- **Conversatorio guiado:** Se abordan conceptos clave sobre alimentación, salud hormonal y mitos culturales en un lenguaje accesible y horizontal.
- **Estaciones vivenciales:** Las participantes interactúan con alimentos reales, empaques, infusiones y herramientas simbólicas que les permiten reflexionar desde lo práctico.
- **Espacio creativo:** A través de mensajes, dibujos o símbolos, cada joven representa su relación con la alimentación, el cuerpo y la fertilidad.
- **Cierre reflexivo y compromiso alimentario:** Cada participante escribe una acción concreta que implementará en su cotidianidad para cuidar su salud desde la alimentación.

La metodología incluye también el enfoque de género y el enfoque diferencial, reconociendo que la forma en que se alimentan las mujeres está atravesada por factores culturales, sociales, económicos y emocionales. En este sentido, se busca que el taller no solo informe, sino que transforme la relación con la comida en una práctica de autonomía, placer y salud reproductiva.

Intensidad horaria: 1 hora

 <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 EN SALUD</p>	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001




- En resultados esperados no se puede obtener este resultado ya que el tema habla de ejercicio físico.

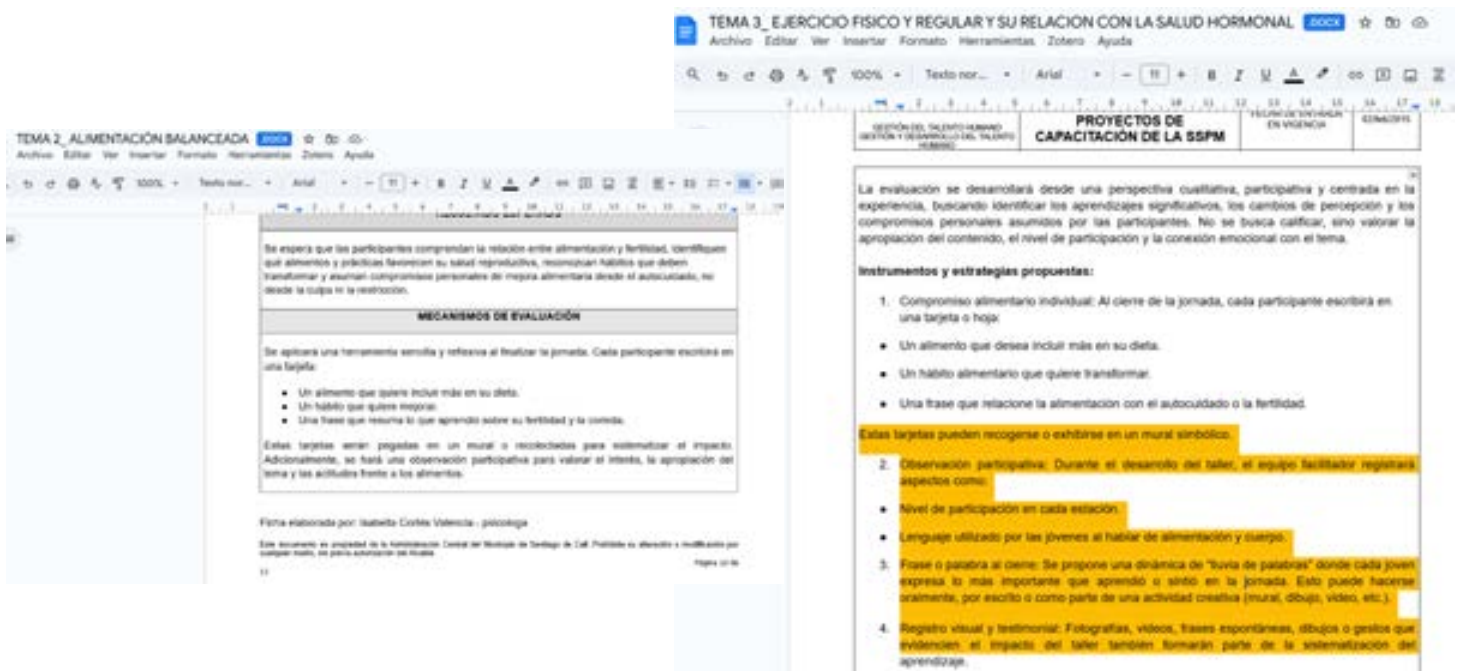


Este documento es propiedad de la
cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

alteración o modificación por

 <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 EN SALUD</p>	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

- En el mecanismo de evaluación del tema 3 no se puede evaluar la parte de ejercicio físico con el componente de nutrición, se recomienda incluir la parte de mecanismos de evaluación escrita en el tema 3 para la temática de la 2.



The image shows a screenshot of a document editor with two pages visible. The left page is titled "TEMA 2_ ALIMENTACIÓN BALANCEADA" and contains a section "MECANISMOS DE EVALUACIÓN". The right page is titled "TEMA 3_ EJERCICIO FISICO Y REGULAR Y SU RELACION CON LA SALUD HORMONAL" and contains a section "PROYECTOS DE CAPACITACIÓN DE LA SSPM".

TEMA 2_ ALIMENTACIÓN BALANCEADA

Se espera que los participantes comprendan la relación entre alimentación y fertilidad, identifiquen qué alimentos y prácticas favorecen su salud reproductiva, reconozcan hábitos que deben transformar y asuman compromisos personales de mejora alimentaria desde el autocuidado, no desde la culpa ni la restricción.

MECANISMOS DE EVALUACIÓN

Se aplicará una herramienta sencilla y reflexiva al finalizar la jornada. Cada participante escribirá en una tarjeta:

- Un alimento que quiere incluir más en su dieta.
- Un hábito que quiere mejorar.
- Una frase que resume lo que aprendió sobre su fertilidad y la comida.

Estas tarjetas serán pegadas en un mural o recordadas para sistematizar el impacto. Adicionalmente, se hará una observación participativa para valorar el interés, la apropiación del tema y las actitudes frente a los alimentos.

Firma elaborada por: Isabelita Cortés Valencia - psicóloga

Este documento es propiedad de la Administración Central del Municipio de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

TEMA 3_ EJERCICIO FISICO Y REGULAR Y SU RELACION CON LA SALUD HORMONAL

PROYECTOS DE CAPACITACIÓN DE LA SSPM

La evaluación se desarrollará desde una perspectiva cualitativa, participativa y centrada en la experiencia, buscando identificar los aprendizajes significativos, los cambios de percepción y los compromisos personales asumidos por las participantes. No se busca calificar, sino valorar la apropiación del contenido, el nivel de participación y la conexión emocional con el tema.


Instrumentos y estrategias propuestas:

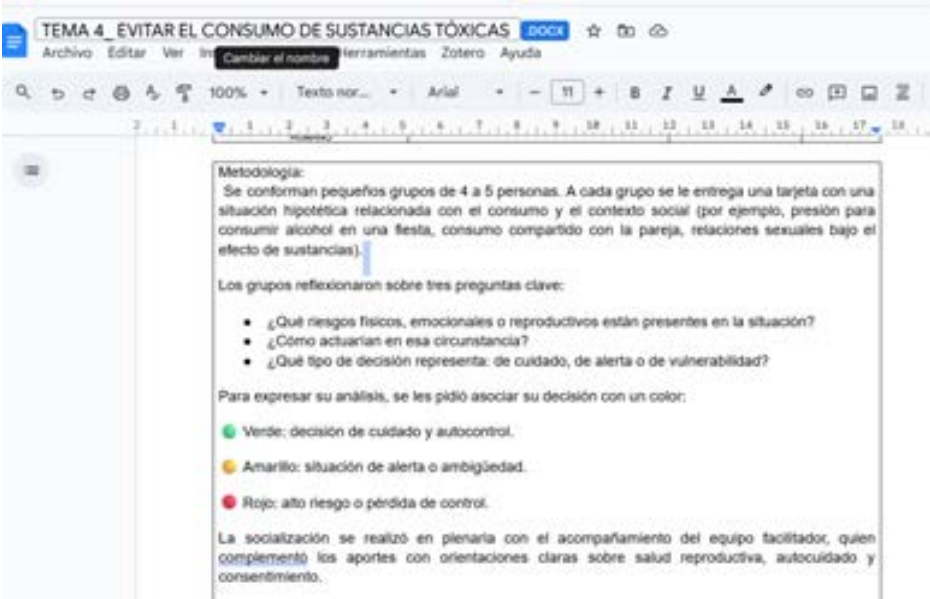
- Compromiso alimentario individual:** Al cierre de la jornada, cada participante escribirá en una tarjeta o hoja:
 - Un alimento que desea incluir más en su dieta.
 - Un hábito alimentario que quiere transformar.
 - Una frase que relacione la alimentación con el autocuidado o la fertilidad.

Estas tarjetas pueden recogerse o exhibirse en un mural simbólico.
- Observación participativa:** Durante el desarrollo del taller, el equipo facilitador registrará aspectos como:
 - Nivel de participación en cada estación.
 - Lenguaje utilizado por las jóvenes al hablar de alimentación y cuerpo.
- Frase o palabra al cierre:** Se propone una dinámica de "búsqueda de palabras" donde cada joven expresa lo más importante que aprendió o sintió en la jornada. Esto puede hacerse oralmente, por escrito o como parte de una actividad creativa (mural, dibujo, video, etc.).
- Registro visual y testimonial:** Fotografías, videos, frases espontáneas, dibujos o gestos que evidencien el impacto del taller también formarán parte de la sistematización del aprendizaje.

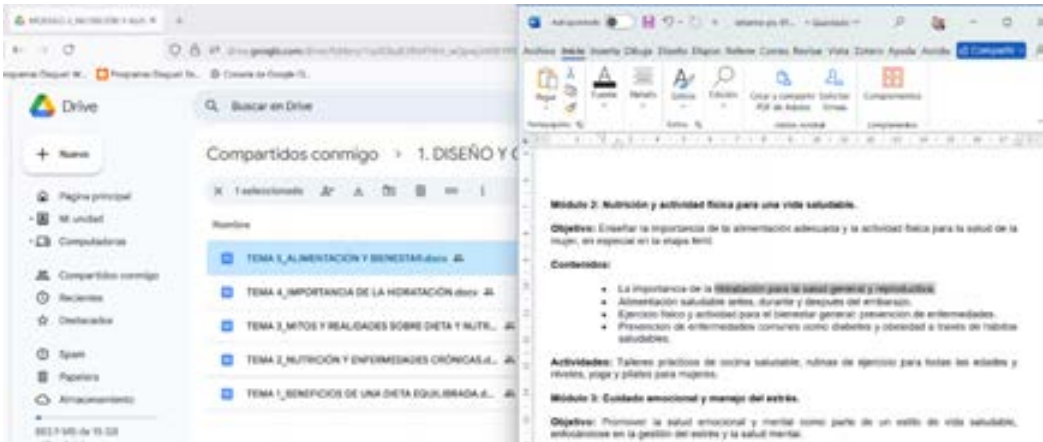
Tema 4:


En el tema 4 del módulo 1 no se establece el tiempo en la redacción debe ajustar ya que habla del pasado, como si esto ya lo hubiese realizado.

 <p>ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI</p> <p>DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA</p>	<p>MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG)</p>		MMDS01.03.15.P001.F021
	<p>INFORME DE INTERVENCIONES EN SALUD</p>		<p>VERSIÓN</p> <p>001</p>



- **Modulo 2:** en el tema sobre hidratación, los objetivos y la temática no son acordes a los lineamientos establecidos, en el documento se habla de la hidratación y enfermedades crónicas y lo que se pide es la hidratación para la salud general y reproductiva.



 ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES EN SALUD	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

- En el módulo 2 se hace referencia al tema Alimentación saludable antes, durante y después del embarazo y lo encontrado es alimentación y bienestar.
- Faltan las temáticas: Ejercicio físico y actividad para el bienestar general: prevención de enfermedades, Prevención de enfermedades comunes como diabetes y obesidad a través de hábitos saludables.
- **Módulo 3:** faltan los temas: Técnicas de relajación y mindfulness para reducir el estrés, el autocuidado emocional: reconocer y gestionar las emociones, Manejo de la ansiedad y la depresión, y su impacto en la salud materna.
- **Módulo 4:** Se realizaron las sugerencias pertinentes, como incluir el tema de vacunación el cual ya se encuentra dentro del tema de transmisión sexual, con el fin de que se tengan toda la información solicitada que se requiere para el módulo 4 de mujeres cuidadoras, y quedaría faltando incluir lo de chequeos médicos preventivos en cada tema.
- En el **módulo 5** en sus temas no se evidencia cambios por realizar.


4. RESULTADOS ALCANZADOS:

- Se logró dar la lectura de los módulos para verificar los ajustes al planteamiento descrito en los diferentes temas.
- Se realizó revisión de la pertinencia de los documentos según los lineamientos y guías establecidas.
- Se identificaron inconsistencias en cuanto a los temas que deberían estar incluidos en cada módulo.
- Se envió recomendaciones a contacto del equipo de mujeres cuidadoras.

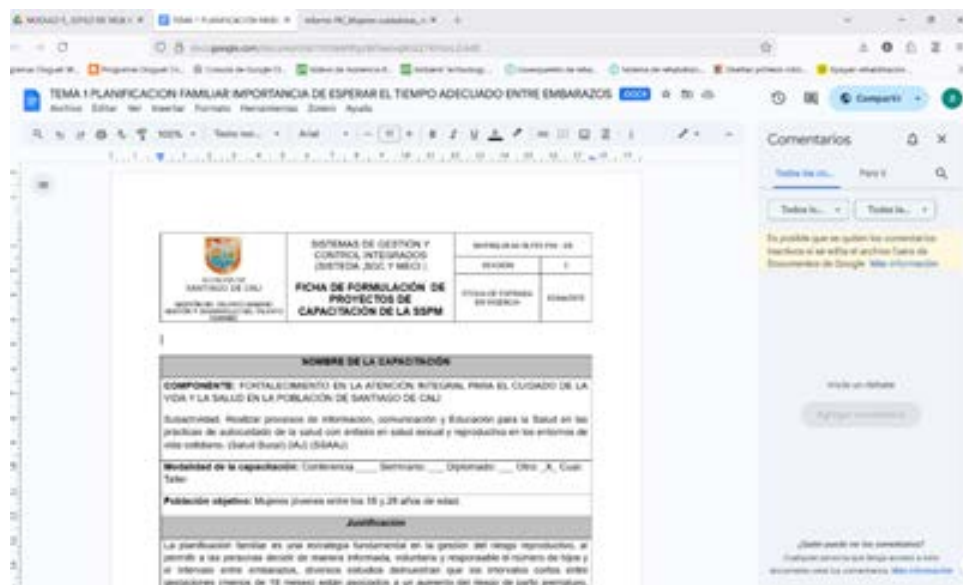
5. CONCLUSIONES O RECOMENDACIONES


- No se da el aval para la impresión de dichas cartillas hasta no subsanar las inconsistencias.


Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

 <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 EN SALUD</p>	MMDS01.03.15.P001.F021	
		VERSIÓN	001

6. REGISTRO FOTOGRÁFICO




HEIBERTH ANDRES PEREZ ZUÑIGA
 Cargo: Contratista
 Grupo: Cultura del ciudadano para la vida y la salud – EVS
 Secretaría de Salud del Distrito Especial de Santiago de Cali


LAURA YINETH CANTOÑI
 Cargo: Contratista
 Grupo: Cuidado de la vida y la salud
 Secretaría de Salud del Distrito Especial de
 Santiago de Cali