

La Jagua de Ibirico, Cesar, 15 Diciembre 2025

DOCTOR
NELSON JAVIER OCHOA NIETO
Secretaria Local de Salud y Bienestar Social
Alcaldía Municipal
la Jagua de Ibirico, Cesar.

INFORME DE ACTIVIDADES.
CONVENIO INTERADMINISTRATIVO NO. 146 DE 2025
PERIODO N° 9
DEL 14 DE NOVIEMBRE AL 14 DE DICIEMBRE 2025

Por medio de la presente me dirijo a usted con el propósito de presentarle el INFORME N° 9, del convenio interadministrativo, cuya denominación del objeto es: **CONVENIO INTERADMINISTRATIVO PARA LA IMPLEMENTACION DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS “PIC” VIGENCIA 2025 EN EL MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO – CESAR.**

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

CONTRATANTE:	MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO, CESAR
NIT:	800108683-8
CONVENIO INTERADMINISTRATIVO No	146-2025
CLASE DE CONVENIO:	CONVENIO INTERADMINISTRATIVO
CONTRATISTA:	E.S.E. HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES
NIT:	824000543-72
DIRECCIÓN:	Carrera 1 E No. 6 - 30 La Jagua de Ibirico – Cesar
OBJETO:	“CONVENIO INTERADMINISTRATIVO PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS "PIC" 2025 EN EL MUNICIPIO DE LA JAGUA DE IBIRICO, CESAR”.
CONDICIONES INICIALES	
VALOR INICIAL DEL CONVENIO:	CUATROCIENTOS CUARENTA Y SIETE MILLONES OCHOCIENTO SESENTA Y CINCO MIL TRECIENTOS TRIENTA Y SIETE PESOS MCTE (447.865.337)
ADICCION DEL CONVENIO	
VALOR DE LA ADICCION	CIENTO CINCUENTA Y SIETE MILLONES DOCIENTOS CINCUENTA YUN MIL TRECIENTOS SETENTA Y TRES MIL PESOS M/CTE (\$ 157.251.373)
VALOR TOTAL	SEISCIENTOS CINCO MILLONES CIENTO DIECISEIS MIL SETECIENTOS DIEZ PESOS M/CTE(\$ 605.116.710)
PLAZO DE EJECUCIÓN:	NUEVE (09) MESES

2. ACTIVIDADES EJECUTADAS

Id Actividad según anexo técnico	Eje estratégico el PDSP 2022- 2031	Actividades o Intervención	Cantidad	Ejecutadas en Diciembre	Costos
3	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) talleres educativos (9 por dos ciclos) dirigidos a agentes de ICBF de la zona urbana o rural, sobre factores de riesgo, signos de alarma, síntomas y signos de las enfermedades emergentes, reemergentes y desatendidas.	18	2	\$ 1.888.888,88
4	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) Acciones de educación (9 por 2 ciclos) sobre la prevención de las enfermedades transmitidas por vectores y alimentarias, en zona urbana o zona rural del municipio.	18	2	\$ 1.888.888,88
5	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) Charlas educativas (9 por dos ciclos) dirigidas al entorno educativo sobre la tuberculosis y lepra, la no exclusión y estigmatización de los pacientes.	18	2	\$ 1.483.243,22
6	Atención Primaria en Salud	Realizar nueve (9) acciones de información en salud sobre la importancia de contar con esquema completo de vacunación y así aumentar las coberturas municipales del PAI y evitar enfermedades inmunoprevenibles.	9	1	\$ 222.222,22
7	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y tabaco como factor de riesgo de enfermedades cardiovasculares y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de vida saludable.	18	2	\$ 2.966.486,44
8	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) jornadas educativas (9 por dos ciclos) sobre las Infecciones de transmisión sexual (ITS)-VIH - SIDA.	18	2	\$ 1.333.333,32
10	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) jornadas educativas (9 por dos ciclos) en el entorno institucional dirigidas a mujeres gestantes sobre la maternidad segura, proceso fisiológico de la gestación, control prenatal, importancia del parto institucional, cuidados durante la gestación, signos de alarma del embarazo, parto y	18	2	\$ 1.333.333,32

		puerperio, cuidados del recién nacido, y planificación familiar.			
11	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) acciones de educación (9 por dos ciclos) para educar en señales de riesgo para prevención de la conducta suicida, el cuidado de la salud mental, consumo de sustancias psicoactivas, formación de habilidades para la vida-liderazgo, matoneo y violencias y otras problemáticas sociales.	18	2	\$ 1.333.333,32
12	Atención Primaria en Salud	Realizar 100 visitas casa a casa de la zona urbana o rural del municipio, para informar sobre manejo de residuos, cuidado del agua y espacios libres de humo.	100	5	\$ 2.250.000,00
13	Atención Primaria en Salud	Realizar 8 jornadas de información en salud en prevención de enfermedades infecciosas transmitidas por vía aérea y contacto directo	8	1	\$ 200.000,00
14	Atención Primaria en Salud	Realizar 8 jornadas de educación y comunicación para implementar la estrategia de RBC en salud mental y habilidades psicosociales de afrontamiento en entornos comunitarios dirigido a familias, cuidadores y pacientes con problemas y trastornos mentales, de acuerdo a lineamientos departamentales.	8	1	\$ 200.000,00
15	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) jornadas de educación en salud (9 por dos ciclos) para abordar la violencia, los tipos de violencia, normatividad en Colombia, activación de rutas dirigido a adolescentes del área urbana o rural del entorno educativo	18	2	\$ 555.555,54
16	Atención Primaria en Salud	Realizar 10 jornadas de educación para implementar la estrategia "soy hábil soy vida" en una institución educativa del área urbana conforme a los lineamientos departamentales.	10	1	\$ 3.000.000,00
17	Atención Primaria en Salud	Realizar 50 visitas de información en salud a vendedores ambulantes o comerciantes; 20 del área urbana; y 10 en el corregimiento de Boquerón; 10 en el corregimiento de la palmita y 10 en el corregimiento de la victoria, sobre buenas prácticas de manufactura y prevención de	50	3	\$ 1.500.000,00

		enfermedades transmitidas por alimentos			
20	Atención Primaria en Salud	Realizar 30 visitas a madres gestantes para Informar sobre la maternidad segura y el cuidado del binomio madre- hijo	30	3	\$ 1.200.000,00
22	Atención Primaria en Salud	Realizar (9) jornadas de información en salud dirigido a gestantes sobre la importancia de una alimentación balanceada en la gestación con el fin de evitar complicaciones tanto en la madre como en el recién nacido.	9	1	\$ 299.819,77
23	Atención Primaria en Salud	Realizar 200 visitas casa a casa en el área urbana o rural con el fin de informar sobre el lineamiento técnico sobre el lavado y cepillado de tanques de almacenamiento de agua de uso doméstico y depósitos de agua como estrategia para evitar la infestación por AEDES AEGYPTI para DENGUE, CHIKUNGUÑA, ZIKA, Estas visitas van dirigidas al Entorno hogar en articulación con los presidentes de Juntas de acción comunal priorizando barrios con mayor número de casos.	200	20	\$ 7.447.829.90
25	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) sobre la importancia del manejo de la IRA y la EDA, teniendo en cuenta los tres mensajes claves 1- Como evito que mi hijo o hija se enferme 2- como lo debo cuidar en casa y como puedo evitar que contagie a otras personas 3- Cuales son los signos y síntomas que hacen necesario consultar a una institución de salud, en el área urbana o rural del entorno institucional, dirigido a docentes y padres de familia del ICBF.	18	2	\$ 1.666.666,66
26	Atención Primaria en Salud	Realizar dieciocho (18) ferias educativas lúdicas (9 por dos ciclos) sobre la promoción de los buenos hábitos alimenticios, la salud oral, auditiva, comunicativa y la importancia del lavado de manos para prevenir las EDA, IRA, en la primera infancia, en el área urbana o rural en el entorno educativo.	18	2	\$ 1.483.249,22
29	Atención Primaria en Salud	Realizar cinco (5) acciones de el uso informacion salud para desestimular de la pólvora en las distintas festividades, a fin de prevenir las lesiones,	5	1	\$ 400.000,00

		mutilaciones y muertes en la población.			
36	Determinantes Sociales de la Salud	Realizar diez (10) acción informativa para promocionar el sistema general de riesgos laborales	10	1	\$ 150.000,00
42	Determinantes Sociales de la Salud	Realizar 8 acciones de informacion en salud sobre la importancia en el cuidado del entorno, manejo de aguas residuales, excretas y residuos sólidos, para la mitigación o prevención de la contaminación ambiental.	8	1	\$ 125.000,00
48	Determinantes Sociales de la Salud	Realizar nueve (9) acciones de información en salud dirigidas a gestantes orientadas a la promoción de la práctica de la lactancia materna exclusiva de niños y niñas menores de 6 meses y adecuado inicio de la alimentación complementaria.	9	1	\$ 133.342,3
90	Personal de salud	Realizar dieciocho (18) jornadas Educativas (9 por dos ciclos) sobre el Sistema General de Riesgos Laborales, promoción de la afiliación, y entornos laborales saludables dirigidos a los trabajadores informales en el área urbana o rural.	18	2	\$ 1.483.244,10
93	Pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sectores LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación	Realizar dieciocho (18) acciones educativas (9 por dos ciclos) en derechos sexuales y reproductivos.	18	2	\$ 1.483.243,22
97	Atención primaria	Realizar dieciocho (18) acciones educativas (9 por dos ciclos) sobre las vacunas, los beneficios de la vacunación, aclarar mitos, falsas creencias y conocimiento de cuidados adecuados pos-vacunación,	18	1	\$1.881.355,45

106	Determinantes Sociales de la Salud	Realizar 8 acciones de informacion en salud para prevencion de conductas suicidas.	8	1	\$ 500.000,00
107	Determinantes sociales	Realizar 5 acciones de informaciSon en salud para promocion de la actividad fisica	5	1	\$ 640.000,00
108	Atención primaria en salud	Realizar 18 acciones de educacion en salud (9 x 2) para educar en la tenencia responsable de animales de compañía, para la prevencion de la agresion animal.	18	1	\$ 687.054,17
109	Atención primaria en salud	Realizar 18 acciones de educacion en salud (9 x 2) para educar a gestantes y lactantes sobre la lactancia materna, y la alimentacion complemantaria.	18	1	\$ 944.444,44
111	Atención primaria	Realizar 9 acciones de Educacion en salud sobre los cuidados de la salud en la en el ciclo de vida (Adolescencia).	9	1	\$ 3.333.333,33
112	Atención primaria	Realizar 18 acciones de Educacion en salud sobre los cuidados de la salud en la en el ciclo de vida (Vejez).	18	1	\$ 944.444,44
TOTAL A FACTURAR MES DE DICIEMBRE DEL 2025: CUARENTA Y CUATRO MILLONES NOVECIENTOS CINCUENTA Y OCHO MIL TRESCIENTOS DOCE CON CATORCE CENTAVOS (\$44.958.312 ,14)					(\$ 44.958.312 ,14)

ATENCION PRIMARIA EN SALUD.

ACTIVIDAD: N° 1

Realizar dieciocho (18) talleres educativos (9 por dos ciclos) dirigidos a agentes de ICBF de la zona urbana o rural, sobre factores de riesgo, signos de alarma, síntomas y signos de las enfermedades emergentes, reemergentes y desatendidas.

OBJETIVO: Fortalecer las competencias de los agentes del ICBF angelitos con amor en el reconociendo, prevención y manejo básico del VIH -SIDA, para que puedan orientar a las familias y comunidades a su cargo.

EJECUCION: Realizamos dos talleres educativa el día 3 de Diciembre del 2025 con los agentes educativos del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), en el marco del componente de salud pública del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), Territorio 5 Microterritorio 12 Barrio centro de la jagua de ibirico – cesar

ACTA No 17

la esquistosomiasis sus síntomas, prevención, diagnóstico temprano y tratamiento oportuno, para fortalecer las capacidades de los actores comunitarios frente a esta enfermedad .

REALICE UNA DINAMICA DE PREGUNTAS – FALSO O VERDADERO

“La esquistosomiasis se transmite por contacto directo entre personas.” FALSO
Explicación: Solo se transmite por contacto con agua dulce contaminada por cercarias.

“Los niños son una población con mayor riesgo de contraer esquistosomiasis.

VERDADERO

Explicación: Porque suelen jugar, bañarse o nadar en ríos o charcos.

“La cercaria es una larva del parásito que puede penetrar la piel.”

VERDADERO

Explicación: Es la forma infectante del *Schistosoma*.

“El agua clara de un río siempre es segura.”

FALSO

Explicación: Aunque se vea limpia, puede contener larvas invisibles.

“El tratamiento para la esquistosomiasis sí existe y es gratuito.”

VERDADERO

Explicación: Se trata con Praziquantel y es suministrado por el sistema de salud.

“No importa si una persona entra solo un momento al agua, no se infecta.”

FALSO

Explicación: Las cercarias pueden penetrar la piel en pocos minutos.

“La presencia de caracoles en fuentes de agua aumenta el riesgo de transmisión.”

VERDADERO

Explicación: Los caracoles del género *Biomphalaria* son hospederos intermediarios.

Generalidades de la esquistosomiasis

La esquistosomiasis es una enfermedad parasitaria causada por gusanos del género *Schistosoma*. Se transmite cuando las personas tienen contacto con agua dulce contaminada con caracoles infectados que liberan larvas (cercarias) capaces de penetrar la piel.

Es una enfermedad desatendida que afecta especialmente a comunidades cercanas a ríos, lagunas, quebradas y zonas con saneamiento deficiente.

Modo de Transmisión

La transmisión ocurre cuando:

Las personas se bañan, juegan, lavan ropa o pescan en agua dulce contaminada.

Las cercarias penetran la piel.

Los parásitos migran a los vasos sanguíneos del hígado e intestino.

Los huevos se eliminan por heces u orina.

No se transmite de persona a persona.

Signos y Síntomas

Fase aguda (semanas después del contacto):

- Fiebre.
- Tos.
- Dolor abdominal.
- Diarrea.
- Fatiga.
- Erupción cutánea o picazón donde entró el parásito.

Fase crónica

- Dolor abdominal persistente.
- Heces con sangre.
- Agrandamiento del hígado o bazo.
- Várices esofágicas.
- Pérdida de peso.
- En casos graves: cirrosis o complicaciones hepáticas.

Factores de Riesgo

- Vivir cerca de ríos, lagunas, quebradas, ciénagas.
- Bañarse o jugar frecuentemente en agua dulce.
- Falta de acceso a agua potable.
- Falta de saneamiento básico (defecación al aire libre).
- Actividades laborales: pesca, agricultura, lavado de ropa en río.
- Zonas donde hay presencia de caracoles del género *Biomphalaria*.

Diagnóstico

- Examen de heces para encontrar huevos del parásito.
- Método Kato–Katz (el más usado en salud pública).
- En algunos casos: exámenes de sangre específicos.
- Ecografía para valorar daño hepático en fases avanzadas.

Tratamiento

El tratamiento es gratuito en los servicios de salud e incluye:

- Praziquantel: medicamento antiparasitario seguro y eficaz.
- Se administra en una sola dosis o dividida según el peso.
- Puede repetirse según indicación médica.

El tratamiento evita complicaciones y disminuye la transmisión.

ACTA No 18

La Tripanosomiasis Africana o Enfermedad del Sueño es una enfermedad parasitaria grave causada por el parásito *Trypanosoma brucei*, transmitido por la mosca tse-tsé. Afecta el sistema nervioso, causando alteraciones del sueño, trastornos neurológicos y puede ser mortal si no se trata.

Agente Causal

Existen dos especies principales de *Trypanosoma brucei*:

- T. b. gambiense: causa infección crónica; síntomas aparecen lentamente.
- T. b. rhodesiense: más aguda y grave; síntomas rápidos.

Modo de Transmisión

La transmisión ocurre por:

Picadura de la mosca tse-tsé infectada (Género Glossina).

Raramente: transmisión de madre a hijo, accidentes de laboratorio o relaciones sexuales (poco común).

No se transmite por contacto casual entre personas.

Signos y Síntomas

Fase temprana (primeras semanas):

- Fiebre.
- Dolor de cabeza.
- Dolor muscular y articular.
- Cansancio extremo.
- Picadura muy dolorosa con inflamación (chancro tripanosómico).
- Ganglios inflamados, especialmente en cuello (signo de Winterbottom).

Fase tardía (cuando el parásito invade el sistema nervioso):

- Somnolencia durante el día.
- Insomnio en la noche.
- Cambios en el comportamiento.
- Confusión.
- Temblores o convulsiones.
- Dificultad para caminar.
- Pérdida de peso progresiva.
- Si no hay tratamiento → puede ser mortal.

Factores de Riesgo

- Vivir o trabajar en zonas donde hay mosca tse-tsé.
- Realizar actividades al aire libre: pesca, agricultura, cacería.
- Dormir o descansar en zonas boscosas o ribereñas.
- Falta de protección personal (ropa adecuada/repelente).
- Presencia de animales reservorios (fauna silvestre o ganado infectado).

Diagnóstico

El diagnóstico debe realizarse en un centro de salud e incluye:

- Examen de sangre para detectar el parásito.
- Punción ganglionar (si los ganglios del cuello están agrandados).
- Examen microscópico directo o concentrado.
- Punción lumbar para determinar si hay afectación del sistema nervioso.
- Pruebas rápidas específicas en áreas endémicas.

Tratamiento

El tratamiento depende de la fase de la enfermedad:

Fase temprana:

- Pentamidina (para *T. b. gambiense*).
- Suramina (para *T. b. rhodesiense*).

Fase tardía (con afectación neurológica):

- Melarsoprol.
- Eflornitina.
- NECT (Nifurtimox + Eflornitina), tratamiento de primera línea en muchos países.

El tratamiento es gratuito en programas de control por salud pública.

Prevención

- Evitar zonas donde la mosca tse-tsé es común (bosques, riberas).
- Usar ropa de colores neutros (la mosca se atrae al azul y negro).
- Utilizar mangas largas, pantalón y ropa gruesa.
- Aplicar repelente en la piel expuesta.
- Mantener limpio el entorno, evitando vegetación densa cerca de viviendas.
- Educación comunitaria para reconocer síntomas y acudir temprano.
- Reportar casos sospechosos para control vectorial.

Los agentes educativos del ICBF manifestaron gran interés en los temas abordados y reconocieron la importancia de continuar aplicando las medidas de prevención en los entorno laboral y familiares.

POS-TEST

- Se evaluó el conocimiento que tienen los Agentes educativos sobre las enfermedades emergentes.
- Se desarrolló 15 Post-est individuales

PREGUNTA	RESPUESTAS CORRECTAS	Respuestas correctas	Respuestas incorrectas	PORCENTAJE CORRECTO
1	A	15	0	100%
2	A	15	0	100%
3	A	15	0	100%

Análisis de Resultados

- **Pregunta 1:** el 100% identificó un buen nivel de conocimiento sobre las enfermedades emergentes.
- **Pregunta 2:** El 100% de los agentes reconocen las causas de las enfermedades emergentes.

- **Pregunta 3** 100% reconoció correctamente que el dengue es una enfermedad emergente.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 2

Realizar dieciocho (18) Acciones de educación (9 por 2 ciclos) sobre la prevención de las enfermedades transmitidas por vectores y alimentarias, en zona urbana o zona rural del municipio.

OBJETIVO: Disminuir la incidencia y propagación de las enfermedades vectoriales y alimentarias, a través de la educación y estrategias combinadas para fomentar prácticas de higiene y prevención en los usuarios de familias triunfadoras del barrio Camilo Torres del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar.

EJECUCION: Realizamos dos encuentros educativos el día 1 de Diciembre del 2025 con las usuarias del programa FAMI (Familias Triunfadoras) en el barrio Camilo Torres, con el objetivo de sensibilizar y brindar información clara y precisa sobre los tres tipos de leishmaniasis.

ACTA: N ° 17

las enfermedades transmitidas por alimentos también representan un problema de salud pública global, afectando tanto a países desarrollados como en vías de desarrollo.

Estas enfermedades se originan cuando las personas consumen alimentos contaminados por microorganismos patógenos, toxinas o sustancias químicas, y su impacto puede variar desde malestares leves hasta cuadros graves que requieren hospitalización. Debido a la importancia de los alimentos en la vida diaria y a la complejidad de las cadenas de producción, transporte y consumo, la prevención debe abordarse desde un enfoque integral.

Uno de los pilares fundamentales para prevenir las enfermedades alimentarias es garantizar la **higiene en todas las etapas de la cadena alimentaria**, desde la producción primaria hasta el consumo final.

Y que la contaminación puede ocurrir en múltiples puntos: el campo, los centros de procesamiento, el transporte, los mercados o los hogares. Por ello, es esencial que los manipuladores de alimentos cuenten con formación adecuada en prácticas higiénicas, como:

- ✓ El lavado correcto de manos
- ✓ El uso de utensilios limpios y la separación entre alimentos crudos y cocidos. Estas prácticas, aunque simples, han demostrado ser altamente efectivas para reducir el riesgo de contaminación cruzada.

Otro aspecto esencial es el **control de la temperatura**, ya que muchos microorganismos responsables de las enfermedades alimentarias se multiplican rápidamente cuando los alimentos permanecen en la llamada "zona de peligro", entre 5 °C y 60 °C. Mantener los alimentos refrigerados, cocinarlos a temperaturas adecuadas y evitar que permanezcan demasiado tiempo a temperatura ambiente son medidas clave para evitar el crecimiento bacteriano. Asimismo, el uso de termómetros de cocina y el seguimiento de las recomendaciones de conservación contribuyen a mejorar la seguridad alimentaria.

La **trazabilidad y regulación sanitaria** también desempeñan un rol crucial. Los gobiernos deben establecer normas claras y sistemas de inspección que garanticen que los alimentos comercializados cumplan con los estándares de inocuidad.

La vigilancia epidemiológica permite detectar brotes y actuar rápidamente para evitar su expansión. En esta labor, la colaboración entre instituciones de salud, productores y distribuidores es esencial para identificar las fuentes de contaminación y corregir fallas en los procesos.

La **educación del consumidor** constituye otro elemento clave en la prevención. Muchas enfermedades alimentarias se originan en el hogar por malas prácticas de manipulación, almacenamiento o preparación de los alimentos. Por ello, promover hábitos seguros como:

- ✓ Lavar frutas y verduras, cocinar completamente carnes y huevos.
- ✓ Verificar fechas de caducidad y mantener la limpieza en la cocina es fundamental para reducir riesgos.

ACTA: N° 18

es un desafío para evitar el consumo de alcohol y tabaco en adultos mayores, sin embargo, numerosos estudios demuestran que un número significativo de adultos mayores mantiene o incluso inicia patrones de consumo que ponen en riesgo su salud física, mental y social. Por ello, comprender y fortalecer las estrategias de prevención es esencial para promover un envejecimiento saludable.

Una de las principales dificultades en este grupo etario es que los efectos del alcohol y el tabaco se agravan por los cambios fisiológicos propios del envejecimiento:

- ✓ La disminución en la masa muscular, la sensibilidad aumentada a sustancias tóxicas y la presencia de enfermedades crónicas incrementan la vulnerabilidad ante estos hábitos.
- ✓ Además, muchos adultos mayores consumen medicamentos que pueden interactuar peligrosamente con el alcohol o exacerbar los daños provocados por el tabaco.

Entre las estrategias más efectivas destacamos la **educación (la cual nos basamos nuestro programa del PIC) y de sensibilización**, que buscamos aumentar el

conocimiento sobre los riesgos del consumo en edades avanzadas, empleando lenguaje claro, ejemplos cotidianos y espacios de diálogo donde las personas puedan expresar dudas y experiencias, contribuyendo a derribar mitos, como la creencia de que "a esta edad ya no importa" o que "un poco de alcohol no hace daño".

Otro componente crucial es la **intervención médica oportuna y personalizada**, la atención primaria ofrece una oportunidad invaluable para identificar patrones de uso, evaluar interacciones medicamentosas y brindar orientación personalizada.

Se comentó la importancia de **redes de apoyo social**, es fundamental, pues el aislamiento, la depresión, la pérdida de roles significativos y las dificultades económicas pueden aumentar la vulnerabilidad de los adultos mayores al consumo de sustancias. Fomentar actividades comunitarias, grupos de apoyo emocional y programas de acompañamiento contribuye a fortalecer el sentido de pertenencia y reducir la dependencia emocional hacia el alcohol o el tabaco. El apoyo familiar, por su parte, puede facilitar la adherencia a cambios de comportamiento, siempre que se realice desde el respeto y la comprensión.

Asimismo, las **políticas públicas** juegan un papel decisivo. Regulaciones que permitan el acceso a espacios libres de humo y campañas con enfoque intergeneracional que pueden contribuir a disminuir la normalización del consumo.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 3

Realizar dieciocho (18) Charlas educativas (9 por dos ciclos) dirigidas al entorno educativo sobre la tuberculosis y lepra, la no exclusión y estigmatización de los pacientes.

OBJETIVO: Brindar conocimiento sobre los tipos de tuberculosis a los estudiantes del ciclo 5-02 (grado decimo) jornada nocturna de la Institución José Guillermo Castro Castro del Municipio de la Jagua De Ibirico

EJECUCION: se realizaron 2 charlas educativas los días 1 y 2 de Diciembre de 2025, se llevó a cabo en la Institución Educativa José Guillermo Castro Castro del Municipio de La Jagua de Ibirico, una jornada educativa en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2025, dirigida a los estudiantes del ciclo 5-02 (grado décimo), jornada nocturna.

ACTA N° 17

los mitos y el impacto emocional y social que experimentan las personas diagnosticadas con lepra.

Se desarrollo una actividad rompehielo "lo que se, lo que creo, lo que es" Durante la actividad se entregaron tres tarjetas a cada estudiante para explorar sus ideas previas.

En la primera escribieron algo que creían saber sobre la lepra, en la segunda un mito o creencia popular relacionada, y en la tercera una palabra asociada a la salud mental. Luego, los estudiantes compartieron oralmente sus aportes, lo que permitió reconocer las percepciones del grupo.

Finalmente, el facilitador realizó una breve lectura y análisis de las ideas mencionadas, destacando confusiones comunes y preparando el ambiente para la fase formativa de la sesión.

Comprensión general de la lepra

El facilitador explicó que la lepra es una enfermedad causada por la bacteria *Mycobacterium leprae*, que **sí es curable** con un tratamiento antibiótico gratuito y altamente efectivo. Se resaltó que su transmisión es lenta y requiere contacto estrecho y prolongado, desmintiendo ideas erróneas sobre su contagio.

También se aclaró que el diagnóstico temprano evita complicaciones físicas y que Colombia cuenta con programas públicos de atención y seguimiento integral.

Mitos y estigmas históricos

Se abordó cómo, a lo largo de la historia, la lepra ha sido asociada con aislamiento, rechazo y exclusión social. Estas creencias han generado discriminación y afectaciones profundas en la salud mental de las personas diagnosticadas, incluso más que los síntomas físicos de la enfermedad.

El grupo reflexionó sobre cómo las narrativas erróneas generan miedo y prejuicio, y cómo la estigmatización puede impedir que las personas busquen atención médica.

Lepra y Salud Mental

Se analizó el impacto emocional que puede experimentar una persona que recibe el diagnóstico, incluyendo:

- ansiedad por el futuro,
- temor al rechazo,
- vergüenza,
- aislamiento social,
- sentimientos de culpa o preocupación por contagiar a sus seres queridos.

Se discutió la importancia del apoyo familiar, la escucha activa y el acompañamiento psicológico en el proceso de tratamiento.

El facilitador destacó la responsabilidad social que tenemos como comunidad educativa para evitar el bullying y promover ambientes inclusivos.

ACTA N° 18

la lepra, para posteriormente compararlas con los principios de los Derechos Humanos. **¿Qué es la Lepra?**

Se realizó una retroalimentación que la lepra, o Enfermedad de Hansen, es una enfermedad crónica causada por *Mycobacterium leprae*, completamente **curable** mediante un tratamiento antibiótico. Se aclararon mitos relacionados con el contagio y se resaltó la importancia del diagnóstico temprano.

Derechos Humanos y Lepra

El facilitador presentó los Derechos Humanos más vulnerados históricamente en personas con lepra:

- Derecho a la salud y tratamiento oportuno.
- Derecho a la dignidad humana.
- Derecho a la igualdad y no discriminación.
- Derecho a la educación y al trabajo.
- Derecho a vivir en comunidad y no ser aislado injustamente.
- Derecho a la información veraz y libre de estigmas.

Se analizaron situaciones reales y se discutió cómo los prejuicios han generado aislamiento, exclusión social, pérdida de oportunidades y afectaciones en la salud mental.

Rol de la sociedad y el colegio

Se enfatizó la importancia de los entornos educativos como espacios de formación ciudadana. Se invitó a los estudiantes a identificar acciones cotidianas que fortalecen la no discriminación, tales como el lenguaje respetuoso, la información adecuada y el acompañamiento empático hacia personas que enfrentan enfermedades o condiciones de vida particulares.

Actividad práctica: “Situaciones que vulneran derechos”

Los estudiantes, organizados en grupos, recibieron una tarjeta con un caso breve relacionado con una persona diagnosticada con lepra. Debían:

- Identificar qué Derechos Humanos estaban siendo vulnerados.
- Proponer acciones o políticas que podrían garantizar la protección de dichos derechos.
- Presentar sus conclusiones en plenaria.

El análisis permitió evidenciar comprensión crítica sobre discriminación, acceso a la salud y trato digno.

POST -TEST

- Se evaluó el conocimiento que tienen los estudiantes sobre la enfermedad de la tuberculosis
- Se desarrolló 13 Postest individuales.

PREGUNTA	RESPUESTAS CORRECTAS	Respuestas correctas	Respuestas incorrectas	PORCENTAJE CORRECTO
1	A	13	0	100%
2	A	13	0	100%
3	A	13	0	100%

Análisis de Resultados

- **Pregunta 1:** El 100% identificó que la enfermedad de la tuberculosis se transmite por una bacteria
- **Pregunta 2:** El 100% de los estudiantes reconocen que la tuberculosis es contagiosa.
- **Pregunta 3:** El 100% reconoció que la tuberculosis infecta principalmente los pulmones.

Conclusiones

- Los estudiantes reconocieron que la lepra es una enfermedad curable y que el estigma asociado vulnera derechos fundamentales.
- Se fortaleció la comprensión de los principios de dignidad, igualdad y salud como derechos universales.
- Se concluyó que la discriminación hacia personas con lepra surge más de mitos que de hechos científicos.
- Se invitó a los estudiantes a ser agentes de cambio, promoviendo entornos respetuosos y libres de prejuicios.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD.

ACTIVIDAD N° 4

Realizar nueve (9) acciones de información en salud sobre la importancia de contar con esquema completo de vacunación y así aumentar las coberturas municipales del PAI y evitar enfermedades inmunoprevenibles.

OBJETIVO: Realizar acciones de información en salud a la comunidad en general del municipio de la jagua de ibirico para dar a conocer la importancia de tener un esquema de vacunación completo.

EJECUCION: Realizamos una actividad el día 9 de Diciembre de 2025, mediante un espacio radial en la emisora La voz de la jagua. dirigido al entorno comunitario del municipio de la jagua de ibirico con el objetivo de informar a la comunidad en general sobre la importancia de las vacunas para el cuidado de la salud, ya que son las encargadas de protegernos de numerosas enfermedades muy graves que afectan sobre todo a los niños y a las niñas. Las vacunas cumplen una función importante, puesto que por medio de la introducción al cuerpo de una versión debilitada e inactivada del microorganismo que causa la enfermedad infecciosa, se logra que nuestro organismo reconozca y adquiera defensas que le permiten protegernos a futuro en caso de obtener la enfermedad

A su vez, se buscó enviar un mensaje de concientización a todas las madres del municipio resaltando **¿Por qué es importante vacunar a mi hijo?** Los niños necesitan vacunas para protegerse de enfermedades peligrosas, estas enfermedades pueden tener complicaciones graves e incluso, provocar la muerte. Además, tener el **esquema de vacunación completo**, contribuye a controlar y disminuir la propagación de enfermedades infecciosas, protegiendo así a toda la comunidad.

Durante el espacio radial se difundió la siguiente información: La alcaldía municipal de la jagua de ibirico y el Hospital Jorge Isaac Rincón Torres por medio del plan de intervenciones colectivas PIC 2025 invitan a la comunidad en general del municipio de la jagua de ibirico a mantener al día el esquema de vacunación, una acción vital para proteger la salud de nuestros niños, jóvenes, adultos y adultos mayores. Las vacunas salvan vidas y previenen enfermedades graves como la tuberculosis, hepatitis B, poliomielitis, difteria, tétano, tosferina, neumococo, Haemophilus influenza tipo B, sarampión, rubéola, paperas, fiebre amarilla, varicela, influenza, COVID-19 y muchas más. Los niños menores de 6 años deben recibir sus vacunas según la edad, recién nacidos, BCG y hepatitis B, 2, 4 y 6 meses, pentavalente, polio, rotavirus y neumococo, 7 meses, influenza estacional, 12 meses, triple viral, sarampión, rubéola, paperas, neumococo refuerzo, hepatitis A, 18 meses fiebre amarilla refuerzo de pentavalente, polio y triple viral, 5 años, DPT y polio refuerzo final., mujeres en edad fértil reciben las vacunas del tétano y embarazadas también tienen vacunas importantes como la DPT acelular, que protege de tétano, difteria y tosferina y la vacuna contra el virus del papiloma humano VPH a partir de los 9 años hasta los 17 años. Los adultos mayores deben aplicarse vacunas como influenza y fiebre amarilla para prevenir complicaciones. adicionalmente la fiebre amarilla debido a la emergencia sanitaria presente en

Colombia todas las personas de 9 meses a 60 años y más deben recibirla, Acérquese al puesto de salud más cercano o al Hospital Jorge Isaac rincón Torres. La vacunación es gratuita, segura y salva vidas. Cumplir con el esquema de vacunación es proteger a tu familia y a toda la comunidad. Hospital Jorge Isaac rincón Torres y Alcaldía Municipal de La Jagua de ibirico comprometidos con tu salud a través del Plan de Intervenciones Colectivas 2025. ¡Vacúnate a tiempo!

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD.

ACTIVIDAD N° 5

Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) para la prevención del consumo de alcohol y Tabaco Como factor de riesgo de enfermedades cardiovascular y crónicas no transmisibles y fortalecimiento de factores protectores hacia el control de las mismas enfocadas en estilos de Vida saludable.

OBJETIVO: Impulsar y/o promover en la comunidad actividades saludables como es la actividad física, evitar el consumo de tabaco y el de alcohol; y promocionar la alimentación saludable, rica en frutas y verduras, con el fin de evitar las enfermedades cardio-cerebrovasculares, la diabetes, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica y el cáncer, en los usuarios de adulto mayor en el barrio camilo torres, del municipio de la Jagua De Ibirico, Cesar.

EJECUCIÓN: Realizamos dos actividades el día 02 de Diciembre del 2025 – Zona urbana, Territorio 5, Micro territorio 15, barrio Camilo Torres. un encuentro educativo con los usuarios del grupo de adulto mayor, con las prácticas de vida saludable como la actividad física, la alimentación balanceada rica en frutas y

verduras, y la prevención del consumo de tabaco y alcohol, con el fin de reducir el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles, tales como de arritmias como alteraciones del ritmo normal del corazón.

ACTA N° 17

TEMA Entre las estrategias más efectivas destacamos la **educación (la cual nos basamos nuestro programa del PIC) y de sensibilización**, que buscamos aumentar el conocimiento sobre los riesgos del consumo en edades avanzadas, empleando lenguaje claro, ejemplos cotidianos y espacios de diálogo donde las personas puedan expresar dudas y experiencias, contribuyendo a derribar mitos, como la creencia de que "a esta edad ya no importa" o que "un poco de alcohol no hace daño".

Otro componente crucial es la **intervención médica oportuna y personalizada**, la atención primaria ofrece una oportunidad invaluable para identificar patrones de uso, evaluar interacciones medicamentosas y brindar orientación personalizada.

Se comento la importancia de **redes de apoyo social**, es fundamental, pues el aislamiento, la depresión, la pérdida de roles significativos y las dificultades económicas pueden aumentar la vulnerabilidad de los adultos mayores al consumo de sustancias. Fomentar actividades comunitarias, grupos de apoyo emocional y programas de

acompañamiento contribuye a fortalecer el sentido de pertenencia y reducir la dependencia emocional hacia el alcohol o el tabaco. El apoyo familiar, por su parte, puede facilitar la adherencia a cambios de comportamiento, siempre que se realice desde el respeto y la comprensión.

Asimismo, las **políticas públicas** juegan un papel decisivo. Regulaciones que permitan el acceso a espacios libres de humo y campañas con enfoque intergeneracional que pueden contribuir a disminuir la normalización del consumo.

En conclusión, la prevención del consumo de alcohol y tabaco en adultos mayores requiere un enfoque multidimensional que combine educación, intervención médica, apoyo social y políticas públicas efectivas. Promover un envejecimiento saludable implica acompañar, orientar y apoyar a quienes, pese a su edad, siguen enfrentando riesgos asociados al uso de sustancias. Un trabajo coordinado entre familias, profesionales de la salud, comunidades y gobiernos es clave para lograrlo.

ACTA N° 18

TEMA: las Generalidades estrategias para la prevención de enfermedades no transmisibles, haciendo un recordis que, las enfermedades no transmisibles (ENT), como la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la hipertensión y las afecciones respiratorias crónicas, representan una de las principales causas de morbilidad y mortalidad en adultos mayores. Su impacto se incrementa en esta etapa de la vida debido a los cambios fisiológicos propios del envejecimiento, el aumento en la vulnerabilidad física y la mayor probabilidad de padecer múltiples patologías simultáneas.

Por ello, la prevención de las ENT en adultos mayores constituye un desafío prioritario para los sistemas de salud y para la sociedad en general, que busca garantizar un envejecimiento activo, saludable y digno.

Una de las estrategias fundamentales para prevenir estas enfermedades es la **promoción de estilos de vida saludables**. La alimentación balanceada, rica en frutas, verduras, granos integrales y baja en azúcares y grasas saturadas, desempeña un papel clave en la reducción de riesgos asociados a la diabetes y las afecciones cardiovasculares. Del mismo modo, la actividad física regular, adaptada a las capacidades funcionales de cada persona, contribuye a mantener la movilidad, controlar el peso, mejorar la salud mental y fortalecer el sistema cardiovascular. Incluso actividades moderadas como caminar, nadar o realizar ejercicios de bajo impacto pueden generar beneficios significativos en la salud del adulto mayor.

Otra estrategia esencial es la **detección temprana y el control de factores de riesgo**. La realización periódica de chequeos médicos permite identificar condiciones como hipertensión, niveles altos de glucosa o colesterol, obesidad y alteraciones metabólicas antes de que generen complicaciones graves. El seguimiento médico continuo, la adherencia a los tratamientos y la educación sobre el manejo de enfermedades crónicas son pilares para prevenir el deterioro funcional y evitar hospitalizaciones innecesarias.

El **fortalecimiento de la salud mental** también es indispensable en la prevención de ENT. La depresión, la ansiedad y el aislamiento social pueden contribuir al abandono

de hábitos saludables y empeorar la evolución de enfermedades crónicas. Promover espacios de convivencia, apoyo emocional y actividades recreativas ayuda a mantener el bienestar psicológico y reduce factores de riesgo asociados.

El acompañamiento de familiares y cuidadores puede mejorar la adherencia a tratamientos, fomentar la actividad física y motivar cambios conductuales positivos. La comunidad también juega un papel importante mediante la creación de redes de apoyo y espacios que promuevan la integración social del adulto mayor, lo que a su vez influye directamente en hábitos más saludables.

REGISTROS FOTOGRAFICOS:



ATENCION PRIMARIA EN LA SALUD

ACTIVIDAD N° 6

Realizar dieciocho (18) jornadas educativas (9 por dos ciclos) sobre las Infecciones de transmisión sexual (ITS)-VIH - SIDA.

OBJETIVO: Brindar fortalecimiento de capacidades sobre enfermedades de transmisión sexual a los estudiantes del grado 10 de la IE Agroambiental San Isidro de la zona rural del Municipio De La Jagua De Ibirico

EJECUCION: se realizaron dos actividades los días 01 y 2 de Diciembre 2025, Zona rural, vereda san Isidro Territorio 7, Micro territorio 23, La Jagua De Ibirico, Cesar con los estudiantes del grado décimo de la Institución Educativa Agroambiental San Isidro, ubicada en zona rural del municipio de La Jagua de Ibirico, como parte de las acciones del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2025.

ACTA N° 17

La hepatitis C es una infección del hígado causada por el virus de la hepatitis C (VHC); el virus entra al organismo, llega al hígado y puede causar inflamación del de este órgano (hígado) y, si no se trata durante varios años, puede producir daño hepático.

Modo de transmisión

El virus se transmite principalmente por contacto con sangre infectada.

Las formas más comunes de contagio son:

- Compartir agujas o jeringas contaminadas.
- Procedimientos médicos o tatuajes hechos sin buena esterilización.
- De madre a hijo durante el embarazo (casos poco frecuentes).
- Transfusiones muy antiguas (antes del 1993 en varios países).
- Por transmisión sexual, aunque es una vía menos común que el contacto sanguíneo

NO se transmite por

- Besos
- Abrazos
- Compartir utensilios
- Aire
- Comida o agua
- Estar cerca de una persona con hepatitis C

Síntomas de la Hepatitis C

Muchas personas no presentan síntomas por años, por eso se le llama “la infección silenciosa”.

Cuando hay síntomas, pueden ser:

- Cansancio
- Pérdida de apetito
- Náuseas
- Dolor en la parte derecha del abdomen (zona del hígado)
- Orina oscura
- Color amarillo en piel u ojos (ictericia)

Factores de riesgo

Las personas con mayor probabilidad de adquirir la infección son:

- Quienes tienen relaciones sexuales sin protección.
- Usuarios de drogas inyectables.
- Personal de salud o quienes manipulan sangre.
- Recién nacidos de madres infectadas.
- Personas que comparten objetos personales cortopunzantes.

Diagnóstico

Para saber si una persona tiene hepatitis C se realizan dos pruebas principales:

1. Prueba de anticuerpos anti-VHC: dice si alguna vez hubo contacto con el virus.
2. Prueba de PCR (carga viral): confirma si el virus está activo en el cuerpo.

Tratamiento

La buena noticia es que la hepatitis C tiene cura; a continuación, se mencionan los tratamientos actuales que existen.

Los medicamentos para el tratamiento de la hepatitis C son muy efectivos y en la mayoría de los casos curan la infección. Sin embargo, siempre deben ser formulados y controlados por un médico, porque el tipo de tratamiento depende del genotipo del virus, del estado del hígado y de otros factores.

Medicamentos antivirales de acción directa (DAA)

Son los más usados hoy en día porque tienen altas tasas de cura (más del 95%), pocos efectos secundarios y tratamientos cortos (8–12 semanas):

1. Sofosbuvir + Ledipasvir

Se usa mucho en hepatitis C genotipo 1.

2. Sofosbuvir + Velpatasvir

Sirve para todos los genotipos (pan-genotípico).

3. Glecaprevir + Pibrentasvir

Tratamiento pan-genotípico.

A veces solo se necesita 8 semanas.

4. Sofosbuvir + Daclatasvir

ACTA N° 18

Generalidades del citomegalovirus

La sarna (escabiosis) es una enfermedad causada por un ácaro microscópico llamado *Sarcoptes scabiei*.

No es exclusivamente una ITS, pero sí puede contagiarse durante el contacto sexual, porque este implica contacto piel con piel prolongado.

Formas de transmisión

La sarna se transmite por:

- ❖ Contacto cercano y prolongado de piel con piel (incluyendo el contacto sexual).
- ❖ Dormir en la misma cama con una persona infectada.
- ❖ Compartir cobijas o ropa en contacto directo con la piel.
- ❖ No se transmite por abrazar rápido o dar la mano, ya que el ácaro necesita tiempo para pasar de una piel a otra.

SINTOMAS:

Los síntomas aparecen entre 2 a 6 semanas después del contagio si es la primera vez.

- ❖ Picazón intensa, especialmente en la noche
- ❖ Granitos o ronchitas
- ❖ Surcos o líneas finas en la piel
- ❖ Zonas más afectadas

En general pueden salir en:

- ❖ Muñecas
- ❖ Entre los dedos
- ❖ Codos
- ❖ Axilas
- ❖ Cintura y abdomen
- ❖ Glúteos
- ❖ Muslos

En adolescentes también puede aparecer en el pecho o brazos.

Diagnóstico

Debe ser realizado por un profesional de salud mediante:

- ❖ Examen de la piel
- ❖ A veces, raspado suave de una lesión para mirar el ácaro al microscopio

No duele y es rápido.

Tratamiento

El tratamiento siempre debe indicarlo un médico, y suele incluir:

- ❖ Permetrina al 5% (crema)

Se aplica en todo el cuerpo desde el cuello hacia abajo.

Se deja actuar varias horas según indicación médica.

- ❖ Ivermectina (oral)

En algunos casos especiales, siempre bajo supervisión médica.

- ❖ Tratar a todas las personas cercanas

Familiares o personas con las que se comparte cama deben tratarse al mismo tiempo, aunque no tengan síntomas.

Prevención

- ❖ Lavar la ropa, cobijas y toallas con agua caliente. no compartir
- ❖ Aislar en bolsa cerrada por 72 horas lo que no se pueda lavar.
- ❖ Evitar contacto cercano prolongado hasta terminar el tratamiento.

Prevención en contexto de ITS

- ❖ Manteniendo buena higiene de la piel.
- ❖ Evitando el contacto cercano prolongado con alguien que tenga síntomas
- ❖ Consultando al médico ante picazón intensa y persistente.

POST -TEST

- Se evaluó el conocimiento que tienen los estudiantes sobre las infecciones de transmisión sexual

Se desarrolló 12 Pretest individuales a los estudiantes.

PREGUNTA	RESPUESTAS CORRECTAS	Respuestas correctas	Respuestas incorrectas	PORCENTAJE CORRECTO
1	A	12	0	100%
2	A	12	0	100%
3	A	12	0	100%

Análisis de Resultados

- **Pregunta 1:** el 100% identificó que las enfermedades de transmisión sexual se transmiten por contacto sexual.
- **Pregunta 2:** El 100% de los estudiantes reconoce que la sífilis es una infección de transmisión sexual.
- **Pregunta 3:** El 100% de los estudiantes identifica que el preservativo es una medida de prevención para las infecciones de transmisión sexual.

Finalmente, por medio del pots- test se logra evidenciar que los estudiantes adquirieron un mayor conocimiento sobre las Infecciones de transmisión sexual (ITS)-VIH – SIDA; permitiendo que se generara un impacto positivo en los estudiantes

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 7

Realizar dieciocho (18) jornadas educativas (9 por dos ciclos) en el entorno institucional dirigidas a mujeres gestantes sobre la maternidad segura, proceso fisiológico de la gestación, control prenatal, importancia del parto institucional, cuidados, Durante la gestación, signos de alarma del embarazo, parto y puerperio, cuidados del recién nacido, y planificación familiar.

OBJETIVO: Fortalecer los conocimientos de las gestantes sobre los cuidados que deben tener durante el estado de gestación para promover un embarazo saludable y prevenir complicaciones, en el servicio consulta externa del Hospital Jorge Isaac Rincón Torres.

EJECUCION: Realizamos dos jornadas educativas, el día 2y 5 de Diciembre del 2025 En el Hospital Jorge Isaac Rincón Torres se llevó a cabo dos jornadas educativas dirigidas a para promover partos seguros y prevenir complicaciones en la madre y el recién nacido. como estrategia fundamental para el cuidado de la salud materna y fetal, como parte de las acciones del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) 2025.

ACTA 17:

Se desarrollo una actividad rompehielo “la emoción que me acompaña hoy”, Cada participante escogió una tarjeta con una emoción (alegría, miedo, tranquilidad, cansancio, gratitud, ansiedad, ilusión). Se compartió brevemente el motivo de su elección, el propósito fue crear un ambiente de confianza y validar que todas las emociones son normales y humanas durante el proceso de gestación.

Reconociendo las emociones del embarazo

El facilitador explicó que las emociones pueden variar debido a los cambios hormonales, físicos y sociales. Se abordaron emociones frecuentes como:

- ansiedad por el futuro,
- miedo al parto,
- sensibilidad emocional,
- episodios de tristeza,
- ilusión por la llegada del bebé.

Importancia de la salud mental materna

Se explicó la relación entre bienestar emocional y salud del bebé, resaltando la importancia de pedir ayuda cuando aparezcan señales como:

- llanto frecuente,
- irritabilidad extrema,
- pérdida de interés,
- sensación de soledad.

Estrategias de manejo emocional

- Técnicas de respiración y relajación.
- Hablar con personas de confianza.
- Asistir a controles prenatales.
- Establecer rutinas de descanso.
- Reconocer límites y evitar sobrecarga.

Actividad práctica: “Caja de fortaleza emocional”

Cada mujer escribió en una tarjeta una fortaleza personal que considera importante para enfrentar el embarazo (paciencia, valentía, dedicación, resiliencia). Se socializaron y se resaltó la importancia del autocuidado emocional.

Conclusiones

- Se reconoció que el embarazo implica una montaña emocional normal.
- Se identificaron estrategias útiles para manejar el estrés.
- Se fortaleció el sentido de apoyo entre las gestantes.

ACTA N °18

Alimentación de la madre Durante el Posparto

El posparto es una etapa de recuperación física y emocional. La alimentación es fundamental para:

- Reponer nutrientes perdidos durante el parto
- Favorecer la cicatrización
- Mantener energía para el cuidado del bebé
- Apoyar la producción adecuada de leche materna (si lacta).

Principios Generales de la Alimentación Posparto

Dieta variada y balanceada

Incluir alimentos de todos los grupos:

- Proteínas: pollo, pescado, carnes magras, huevos, fríjoles, lentejas.
- Carbohidratos complejos: arroz, avena, papa, yuca, plátano.
- Grasas saludables: aguacate, nueces, semillas, aceite de oliva.
- Frutas y verduras frescas: ricas en vitaminas y antioxidantes.

Requerimientos según si lacta o no

Si está lactando (recomendado):

- Necesita 300–500 calorías extra/día.
- Aumentar la ingesta de agua (8–12 vasos/día).

- Priorizar alimentos ricos en proteína y calcio.

Si no lacta:

- Mantener alimentación balanceada.
- Evitar dietas estrictas; la pérdida de peso debe ser gradual.

Nutrientes Clave en el Posparto

Proteínas

Ayudan a reparar tejidos.

Ejemplos: pollo, pescado, huevo, lentejas, garbanzos.

Vitamina C

Mejora la cicatrización.

Ejemplos: naranja, guayaba, limón, pimentón.

Calcio

Fundamental en lactancia.

Ejemplos: lácteos, yogurt, quesos, ajonjolí, brócoli.

Hierro

Reponer pérdidas por parto.

Ejemplos: carnes rojas magras, espinaca, fríjol.

Consumir con vitamina C para mejor absorción.

Omega-3

Apoya el sistema nervioso y el estado de ánimo.

Ejemplos: pescado (atún, salmón, sardina), nueces, semillas.

Hidratación

- Agua siempre como primera opción.
- Se pueden incluir:
 - ✓ agua de panela ligera
 - ✓ aromáticas suaves (manzanilla, toronjil)
 - ✓ sopas caseras
- Evitar bebidas energéticas y gaseosas.

Alimentos Recomendados en el Posparto

Para energía y recuperación

- Sopa de pollo
- Caldos de verduras
- Avena
- Arroz + proteína
- Huevos revueltos o cocidos

Para apoyar la lactancia

- Avena, ajonjolí, frutos secos
- Papillas caseras ricas en proteína
- Sopa de verduras con carne o pollo

Alimentos que es mejor evitar o limitar

- Café en exceso (máx. 1 taza/día).
- Alcohol (contraindicado si lacta).

- Alimentos muy picantes o condimentados (pueden irritar al bebé).
- Comidas ultra procesadas: papas fritas, embutidos, comidas rápidas.
- Bebidas energizantes.
- Refrescos con colorantes intensos

Recomendaciones Prácticas para dar a las Gestantes

- Comer 5–6 comidas pequeñas al día si no tiene mucho apetito.
- Mantener una colación nutritiva cerca (frutas, yogurt, maní, galletas integrales).
- No hacer dietas extremas para bajar de peso.
- Aprovechar las preparaciones caseras.
- Priorizar alimentos naturales sobre procesados.
- Aumentar fibra (frutas, verduras, granos) para prevenir estreñimiento.
- Integrar a la familia para apoyar una alimentación adecuada.

Se finaliza la jornada educativa con un balance positivo ya que las gestantes estuvieron atentas y participativas durante toda la jornada. Se les invito a continuar asistiendo a sus controles prenatales y futuras jornadas educativas.

POS-TEST

- Se evaluó el conocimiento que tienen las gestantes sobre la Maternidad segura
- Se desarrolló 10 Pretest individuales

PREGUNTA	RESPUESTAS CORRECTAS	Respuestas correctas	Respuestas incorrectas	PORCENTAJE CORRECTO
1	A	10	0	100%
2	A	10	0	100%
3	A	10	0	100%

Análisis de Resultados

- **Pregunta 1:** el 100% reconoce el objetivo de la maternidad segura
- **Pregunta 2:** El 100% reconoce que una atención prenatal adecuada debe tener un parto en una institución de salud
- **Pregunta 3:** el 100% reconoce que uno de los cuidados de la maternidad es tener una dieta variada y equilibrada

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 8

Realizar dieciocho (18) acciones de educación (9 por dos ciclos) para educar en señales de riesgo para prevención de la conducta suicida, el cuidado de la salud mental,

consumo de sustancias psicoactivas, formación de habilidades para la vida-liderazgo, matoneo y violencias y otras problemáticas sociales.

OBJETIVO: Educar y fortalecer a los adolescentes la capacidad de resiliencia, promoviendo estrategias para afrontar de manera positiva las dificultades a lo largo de su vida.

EJECUCIÓN: Realizamos dos actividades educativas el día 03 de diciembre del 2025 – Zona urbana, territorio 3, microterritorio 6 (Institución Educativa José Guillermo Castro Castro), Se da apertura al espacio educativo basado en habilidades para la vida, enfocado en las manifestaciones, causas y consecuencias de la violencia dirigido a los estudiantes de grado 10 – 4 jornada tarde de la institución educativa José Guillermo Castro Castro, teniendo en cuenta la importancia de promover actitudes de respeto, autocuidado, resolución de conflictos y relaciones saludables

ACTA N° 17

La perseverancia como habilidad para la vida

Inicio la educación explicando el concepto de la perseverancia, mencionándole a los estudiantes que, aunque parece sencillo, es una habilidad que marca la diferencia entre quienes se quedan a la mitad de camino y quienes logran cosas increíbles.

La perseverancia es la capacidad de seguir adelante a pesar de las dificultades, de no rendirse cuando algo es difícil, aburrido o toma más tiempo de lo esperado. Les doy el ejemplo de cuando juegan un videojuego: si se rinden en el nivel difícil, nunca van a saber lo que hay más adelante.

¿Por qué la perseverancia es una habilidad para la vida?

- Te permite cumplir metas reales: estudiar, desarrollar un talento, mejorar un talento, mejorar un deporte, aprender algo nuevo. Todo esto requiere constancia.
- Te prepara para la vida adulta
- Te fortalece emocionalmente
- Te diferencia de los demás
- Reduce la frustración: nos enseña a tolerar la incomodidad y a ver que el esfuerzo tiene sentido.

¿Cómo podemos ver la perseverancia en la vida cotidiana?

1. En el colegio
2. En un deporte seguir entrenando, aunque al inicio no salga nada bien
3. En tus relaciones intentando comunicarte mejor, aunque cueste
4. En las metas personales, practicar guitarra, bailar, dibujar, aprender un idioma

Como recordatorio les digo que no se mejora por talento, sino por constancia.

Algunos de los obstáculos comunes para desarrollar la perseverancia pueden ser pensar negativamente en cuanto a las capacidades de cada uno, compararse con otros, querer resultados rápidos o tener miedo a fallar. Nos equivocamos para aprender, mas no para detenernos.

¿cómo desarrollar la perseverancia desde la adolescencia?



Dividir las metas grandes en pasos pequeños.

Establece una rutina.

Celebra los avances, así sean pequeños.

Fortalecer redes de apoyo.

Aceptar el error o las equivocaciones como parte del camino.

Por último, se realiza una actividad lúdica llamada: “Mi

meta en mini-pasos”

Cada estudiante piensa una meta personal real:

- Mejorar en un deporte

- Subir notas
- Aprender algo
- Dejar un mal hábito
- Ser más organizado

Luego responde:

- ¿Cuál es mi meta?
- ¿Cuál es el primer paso pequeño?
- ¿Qué puedo hacer esta semana?
- ¿Qué puedo hacer hoy?

Y por parejas, se comparten los planes.

ACTA 18:

“Adaptarse a los cambios: una habilidad para la vida”

Inicio mencionando que vivimos en un mundo que cambia constantemente. Cambiamos de grado, de amistades, el cuerpo cambia también, así como los planes, la tecnología y hasta los gustos. Algunos cambios son intencionales, en cambio otros llegan sin que los deseemos. Por eso es importante desarrollar esta habilidad de adaptación que servirá para toda la vida.

¿Qué es la adaptación a los cambios?

Les explico que es la capacidad de ajustarte, aprender y seguir adelante cuando algo en tu entorno cambia, aunque al principio sea incómodo o inesperado, No se trata de “aguantar o hacer como si nada pasara”; es **aprender a responder de una forma que te ayude a crecer sin huir o evadir el cambio.**

¿Por qué se puede considerar como una habilidad para la vida?

- Porque la vida no es estática; quienes aprenden a adaptarse sufren menos y aprovechan más oportunidades.
- Reduce el estrés y la ansiedad: cuando entiendes que el cambio es parte de la vida, la ansiedad a él disminuye.
- Mejora tus relaciones; las personas cambian y adaptarte te ayuda a comunicarte mejor.
- Te hace más fuerte: cada cambio superado aumenta tu resiliencia.
- Te prepara para el futuro: el mundo laboral, la universidad y la vida adulta requiere flexibilidad mental.

Les menciono que estos cambios ellos los pueden reconocer en el colegio, el cambio de amistades, de profesores, de grado, te obliga a conocer nuevas etapas. Asimismo, los cambios físicos y emocionales; nuevas sensaciones, nuevas preguntas, nuevas inseguridades. También vivimos cambios en la familia, mudanzas, reglas nuevas a medida que vamos creciendo, rutinas que cambian constantemente en casa. Cambios personales, gustos nuevos, metas diferentes, decisiones sobre tu futuro.

Educo sobre algunos obstáculos comunes para desarrollar esta habilidad los cuales pueden ser:

- Miedo a lo desconocido
- Apego a lo que era cómodo
- Pensamientos como “no voy a poder”
- Resistencia y queja constante

¿Qué nos puede ayudar a superar estos obstáculos?

1. Acepta que el cambio es inevitable
2. Enfócate en lo que sí puedes controlar
3. Haz preguntas y busca información
4. Sé flexible

5. Habla de tus emociones, de cómo te sientes
6. Mírale el lado positivo

Para finalizar la educación, se le reparte a cada estudiante los pos – test para evaluar si las acciones en educación realizadas durante este año, si cumplieron el objetivo de educar sobre habilidades para la vida y salud mental.

Una vez respondieron las preguntas, se analizan los resultados donde se puede concluir que, los estudiantes del grado 10-4 jornada tarde, conocen las habilidades necesarias para la vida, para enfrentar el presente y el futuro, gracias a las acciones educativas impartidas durante el año, además, manifiestan tener en nivel alto el conocimiento de métodos y estrategias para desarrollar estas habilidades. Por otro lado, el conocimiento sobre la importancia de la salud mental sobre su etapa de adolescencia también se observa en un nivel alto. Por último, responden ser conscientes de las problemáticas sociales que están afectando la adolescencia en el municipio.

Para finalizar, extendiendo el agradecimiento desde el programa de Plan de Intervenciones Colectivas, de parte de la ESE y la alcaldía municipal, por la participación y la actitud cooperativa de cada estudiante para las acciones educativas, ellos manifiestan sentirse útiles y agradecidos de que el programa los haya tenido en cuenta para estos encuentros de los cuales sacaron provecho y conocimiento, con el objetivo de aplicarlos en su vida cotidiana y promover su salud mental y emocional.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 9

Realizar 100 visitas casa a casa de la zona urbana o rural del municipio, para informar sobre manejo de residuos, cuidado del agua y espacios libres de humo.

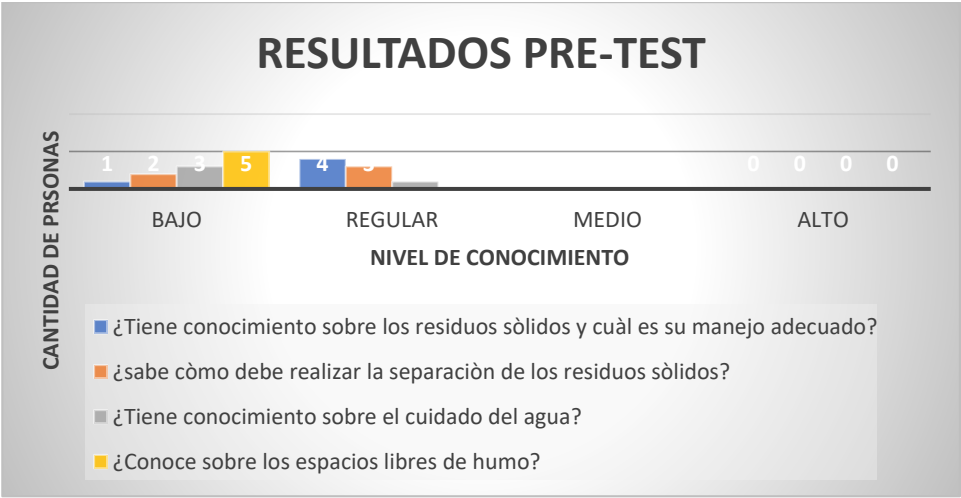
OBJETIVO: Informar a la comunidad sobre el manejo de los residuos, cuidado del agua y espacios libres de humo, con la finalidad de minimizar la contaminación al medio ambiente y daños a la salud a causa del inadecuado manejo de los mismos

EJECUCION: Realizamos 5 visitas domiciliarias el día 1 de diciembre 2025 – Zona Urbana, Territorio 4, Micro territorio 17, Municipio de la Jagua de Ibirico (Barrio Santander). actividades el día 1 de diciembre 2025 – Zona Rural, Territorio 4, Micro territorio 17, Municipio de la Jagua de Ibirico (Barrio Santander) de la Jagua de Ibirico. La presente actividad se realiza con la finalidad de lograr un impacto positivo en la población teniendo en cuenta las temáticas: manejo de residuos, cuidado del agua y espacios libres de humo.

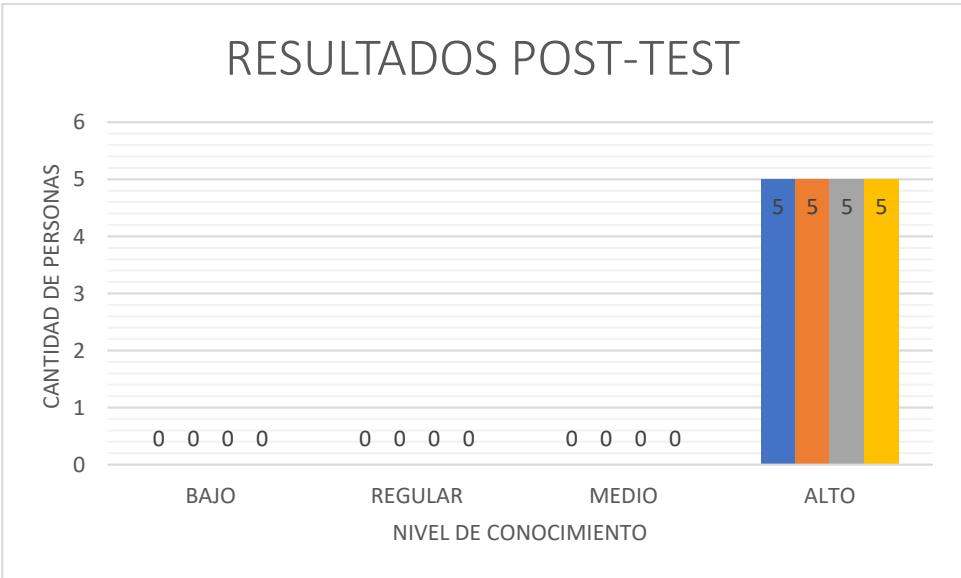
Se realizaron 5 visitas domiciliarias, Aplicación de un pre-test que permitió identificar un bajo nivel de conocimiento en la mayoría de los hogares sobre los temas abordados, especialmente en lo relacionado con espacios libres de humo y separación de residuos.

- Se procede a realizar las preguntas del pre - test, mediante el cual se logra evaluar los conocimientos previos de la población intervenida, en donde se pudo notar que, la mayoría de las personas se encuentran en niveles de conocimiento

bajo y regular con respecto a la cantidad de los temas a tratar, además de evidenciar que el menor conocimiento se encuentra en los temas espacios libres de humo y cuidado del agua, lo cual indica que no tienen mayor claridad de los mismo y es poca la aplicación de estos conceptos en las actividades diarias del hogar.



Así pues, se entrega la debida información por medio de un rotafolio que permite mostrar imágenes ilustrativas de cada uno de los temas, inicio dando a conocer la importancia del cuidado del agua, así mismo se explica acerca de algunas acciones que se pueden implementar en los hogares para contribuir al cuidado de la misma, como lo son: tomar duchas cortas, cerrar el grifo mientras se lavan los platos o nos cepillamos los dientes, recolectar agua lluvia, reciclar y reutilizar el agua usada en la lavadora, revisar y repara las fugas; todo esto con la intención de disminuir el desperdicio y permitir hacer un uso razonable del recurso; seguidamente se informa sobre la debida clasificación de los residuos sólidos generados en los hogares , los cuales se deben hacer teniendo en cuenta el código de colores para hacer la debida separación de los mismos, de esta manera se logra implementar la regla de las 3R, la cual tiene como finalidad Reducir el consumo de materia prima, Reusar residuos que pueden tener un segundo uso, y Reciclar residuos que pueden ser transformados y utilizados como materia prima para generar nuevos productos; se dan ejemplos de cada una de estas acciones para que la información entregada pueda quedar mucho más clara; en ese sentido se continua explicando la manera en la cual se debe hacer la presentación de los residuos al servicio público de aseo, así como las recomendaciones a tener en cuenta al momento de disponerlos en el punto de recolección, pues estos se deben entregar de forma tal que eviten el contacto con el medio ambiente, debidamente sellados, se deben presentar con una anticipación no mayor a 3 horas, a la hora establecida para la recolección por parte del servicio público de aseo; todo esto con la intención de disminuir la contaminación al medio ambiente y la proliferación de enfermedades a causa del esparcimiento de los residuos por parte de animales que dañan las bolsas o recipientes con la intención de buscar comida, generando de esta manera que se rieguen los residuos y tengan contacto con el medio ambiente y puedan ser focos de proliferación de enfermedades



- Teniendo en cuenta los hallazgos encontrados en la visita domiciliar se procede a dar una serie de recomendaciones a tener en cuenta en el hogar; se recomienda poner en práctica la separación de los residuos sólidos por medio del código de colores, aplicar la regla de las 3R, así mismo presentarlos en las rutas estipuladas para la recolección de los residuos no aprovechables; disminuyendo de esta manera la quema de los mismos, lo cual genera contaminación al medio ambiente y propagación de enfermedades; por otra parte, se hace énfasis en llevar a cabo las acciones enseñadas para el cuidado del agua y uso razonable del recurso.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD.

ACTIVIDAD N° 10

Realizar 8 jornadas de información en salud en prevención de enfermedades infecciosas transmitidas por vía aérea y contacto directo

OBJETIVO: Realizar acciones de información en salud a la comunidad en general del corregimiento de la Palmita, municipio de la jagua de ibirico, sobre la importancia de prevenir el contagio de las enfermedades por vía aérea y contacto directo con la finalidad de disminuir la propagación de estas.

EJECUCION: Realizamos La presente actividad el día 10 de Diciembre del 2025 La presente actividad se realizó el día 10 de diciembre del 2025 mediante un espacio radial en la emisora La voz de la jagua, dirigido al entorno comunitario del municipio, con el objetivo de informar a la comunidad en general sobre la importancia de prevenir el contagio de las enfermedades por vía aérea y contacto directo.

En el espacio radial se difundió la siguiente información:

La Alcaldía Municipal de La Jagua de Ibirico y el Hospital Jorge Isaac Rincón Torres, a través del Plan de Intervenciones Colectivas, PIC 2025, invitan a toda la comunidad en general del municipio de la jagua de ibirico a prevenir las enfermedades que se transmiten por vía aérea:

Estas son las que se contagian a través de pequeñas gotas de saliva que se expulsan al hablar, toser o estornudar, y que quedan en el aire.

Estas enfermedades son: Influenza (gripe), COVID-19, Tuberculosis, Varicela, Sarampión, Rubeola, Parotiditis (paperas), Meningitis meningocócica.

las enfermedades por contacto directo Se transmiten por el contacto físico cercano con una persona infectada o con superficies contaminadas.

Algunos ejemplos son: Conjuntivitis, Herpes simple (labial y genital), Impétigo (infección de la piel), Escabiosis (sarna), Infecciones por hongos en la piel (micosis), Pediculosis (piojos).

Cuando inhalas organismos patógenos como (bacterias, virus y hongos) transportados por el aire, estos se alojan dentro de nuestro organismo ocasionando infecciones en las vías aéreas o de contacto directo.

Recuerden que estas enfermedades y muchas otras se pueden evitar con medidas sencillas como:

1. lavado de manos con frecuencia
2. manteniendo las vacunas al día
3. Evitar cambios bruscos de temperatura
4. Enseñándolos a cubrirse al toser o estornudar

**¡Cuidar nuestra salud es responsabilidad de todos!
Protégete y protege a tu familia.**

Mensaje de la Alcaldía Municipal de La Jagua de Ibirico y el Hospital Jorge Isaac Rincón Torres, por medio del PIC 2025.

Finalmente se cumplió con el objetivo, el cual era informar a la comunidad con respecto a la importancia de los cuidados que se deben de tener y evitar posibles enfermedades de contacto área y directo., ya que de esta manera se enseña a las personas colocar en práctica acciones que conlleven al cuidado de nuestra salud.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD.

ACTIVIDAD N° 11

Realizar 8 jornadas de educacion y comunicacion para implementar la estrategia de RBC en salud mental y habilidades psicosociales de afrontamiento en entornos comunitarios dirigido a familias, cuidadores y pacientes con problemas y trastornos mentales, de acuerdo a lineamientos departamentales.

OBJETIVO: Crear y fortalecer grupos de ayuda mutua enfocados en la psico – educación de la enfermedad mental, reduciendo estigma y auto – estigma y promocionando el cuidado de la salud mental de las personas con discapacidad mental y sus cuidadores..

EJECUCION: Realizamos una actividad de educacion y comunicación el día 10 de diciembre del 2025 – Zona Urbana, territorio 5, microterritorio 12, alcaldía municipal de La Jagua de Ibirico, barrio El Centro.

PASO 8: SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Para dar cumplimiento al último paso, se realizan acciones para evaluar el trabajo realizado y darle seguimiento al plan de mejora, las cuales son:

Desarrollo de capacidades: Se realiza desarrollo de capacidades dirigida a las entidades territoriales en los lineamientos de la estrategia Rehabilitación Basada en Comunidad (RBC).

Monitoreo: Se realiza asistencias técnicas virtuales y/o presenciales para aplicación de ficha de chequeo de monitoreo para evidenciar fortalezas y debilidades para la ejecución de la estrategia, donde se establecen compromisos y plan de mejora.

Seguimiento: Se realiza asistencia técnica abordando seguimiento al plan de mejora realizado en el monitoreo.

Evaluación: Se aplica teniendo en cuenta los indicadores establecidos:

- Realizar desarrollos de capacidades teniendo en cuenta el Manual para la formación en Salud Mental direccionados por el Ministerio de Salud.
- Conformar un grupo de apoyo/ ayuda mutua (**diligenciar Anexo 4**).
- Diseñar y difundir mínimo 2 piezas comunicativas sobre la reducción de estigma y cuidado de la salud mental.
- Se consulta y verifica el (RLCPD), para establecer cuantas personas del municipio fueron certificadas en el presente año.
- Al finalizar la implementación de la estrategia se debe realizar el informe final con el envío de consolidado general de todo el proceso con sus respectivos soportes, al correo institucional.

Una vez la supervisora de la estrategia hace el informe general, los resultados de su evaluación son:

Se recibieron soportes de avance en los cuales se evidencia identificación y sensibilización de actores, mapeo de actores, formulación del plan de acción, visitas domiciliarias, conformación del grupo de apoyo en distimía y un desarrollo de capacidades con personas facilitadoras de la estrategia. **Nota:** Quedaron pendientes dos encuentros del grupo de apoyo y un desarrollo de capacidades de personas facilitadoras.

Dado que la convocatoria de la comunidad involucrada con personas con discapacidad se encuentra interrumpida por factores de tiempo, ya sean cuidadores o familiares, solo fue posible realizar dos encuentros con el grupo de apoyo, sin embargo, durante las dos capacitaciones se educó y fortaleció los temas de: ampliación el conocimiento del trastorno mental encontrado (distimía), cuidados de la salud mental, manejo de emociones, estrategia de afrontamiento, hábitos saludables primeros auxilios psicológicos. Por otro lado, la convocatoria con las personas facilitadoras, solo respondieron a una sola capacitación por el mismo factor en contra (tiempo), de la misma manera, en la capacitación lograda se educó sobre temas de salud mental, estigma y auto estigma y primeros auxilios psicológicos.

REGISTROS FOTOGRAFICO

FICHA DE CHEQUEO DE REHABILITACIÓN BASADA EN COMUNIDAD EN SALUD MENTAL

MUNICIPIO: LA JAGUA DE IBIRICO	FECHA: 10/12/2025
NOMBRE DEL FUNCIONARIO: NELSON JAVIER OCHOA NIETO	CARGO: SECRETARIO DE SALUD

TIPO DE ACTIVIDAD		Asistencia	Monitoreo	Seguimiento y evaluación
Realizar Asistencias técnicas, iniciando con monitoreo y finalizando con seguimientos, para verificar la implementación de las intervenciones colectivas, en las estrategias de promoción de la salud mental en el Departamento del Cesar.				X
ACCIONES	CUMPLE		DESCRIPCIÓN DE LOS AVANCES DE LA ACTIVIDAD	PUNTUACIÓN %
	SI	NO		
Identificación y sensibilización de actores Soportes: Convocatoria de participantes, Acta, listados de asistencia y registro fotográfico. Puntuación 10%	X		Se evidencia acta del 11 de abril de 2025 muy bien descrita: se identifica socialización de la estrategia RBC con los actores del municipio, se evidencia registro fotográfico, listado de asistencia y convocatoria.	10%
Diagnostico situacional (mapeo de actores): Identificación y caracterización de actores institucionales y no institucionales: diligenciar el formato para dar respuesta a las necesidades de la población beneficiaria de la estrategia. Soportes: Formato de mapeo de actores diligenciado (Anexo 1) Puntuación 10%	X		Se evidencia acta de encuentro donde se realizó diagnostico situacional del municipio con la referente de discapacidad, además se evidencia formato de mapeo de actores diligenciado con la oferta disponible en el municipio.	10%

Formulación de los planes de acción: planeación conjunta con los diferentes actores Soportes: Diligenciar formato de plan de acción (Anexo 2) Puntuación 15%	X		Se evidencia plan de acción de la estrategia diligenciado, se pueden observar cada una de las actividades programadas y meses estimados de implementación.	15%
Identificación de población en condición de discapacidad mental psicosocial (Infografía Anexo 3) Soportes: Formato de visitas domiciliarias o caracterización asignado por el municipio. Canalización y seguimiento: oficios de canalización a servicios o programas en caso de que se requiera con su respectivo seguimiento. Puntuación 15%	X		Se evidencia formatos de visitas domiciliarias diligenciados, se realizaron cuatro visitas entre los días 8 y 11 de agosto de 2025 en el área urbana.	15%
Formación de personas facilitadoras, mínimo dos (2) desarrollos de capacidades (Opcional Apoyarse en el Anexo4) Soportes: Actas, evidencias fotográficas y	X		Se evidencia desarrollo de capacidades con actores claves del municipio, la temática	5%

listados de asistencias Puntuación 10%			desarrollada fue en torno a los primeros auxilios psicológicos, se identifica informe de la actividad, evidencias fotográficas y listado de asistencia. Nota: quedo pendiente el segundo desarrollo de capacidades.	
Conformación y fortalecimiento de los grupos de apoyo: realizar cuatro (4) encuentros para fortalecer manejo de emociones, estigma-auto estigma etc. Relacionados con la problemática o el trastorno prevalente identificado en el municipio. Opcional Apoyarse en el (Anexo4) Soportes: Diligenciar formato participantes grupos de apoyo (anexo 5): actas evidencias fotográficas y listados de asistencias de los diferentes encuentros. Piezas comunicativas en torno a la reducción de estigma y auto – estigma (cuñas radiales, folletos, posters, etc.). Puntuación 20%	X		Se evidencia conformación de grupo de apoyo con 10 cuidadores de personas con distimia, se realizaron dos encuentros, se identifica listados de asistencia y evidencias fotográficas. Nota: quedaron pendientes dos encuentros del grupo de apoyo.	15%
Seguimiento y evaluación Soporte: Envío de soportes los días 25 de cada mes de avances y ejecución de las actividades. Puntuación 20%	X		Se evidencia envió de soportes en todos los meses de la vigencia.	20%
TOTAL % DE CUMPLIMIENTO	X		Se evidencia avance en todos los pasos de la estrategia.	90%

ATENCION PRIMARIA EN SALUD.

ACTIVIDAD N° 12

Realizar dieciocho (18) jornadas de educación en salud (9 por dos ciclos) para abordar la violencia, los tipos de violencia, normatividad en Colombia, activación de rutas dirigido a adolescentes del área Urbana o rural del entorno educativo

OBJETIVO: Promover en los estudiantes el reconocimiento de los canales de denuncia como mecanismos seguros para comunicar situaciones de violencia o vulneración de derechos, fortaleciendo la confianza, la responsabilidad y la participación activa en la prevención de la violencia escolar.

EJECUCION: Realizamos dos jornadas educativas el día 2 de diciembre 2025– Zona Rural, Territorio 9, Micro territorio 41 corregimiento Boquerón (IE BOQUERON) grado 6.02

ACTA N° 17

La jornada inició con una actividad rompehielo **“Palabras que construyen, palabras que destruyen”**, donde los estudiantes, en grupos pequeños, recibieron tarjetas con palabras o expresiones cotidianas. Debían clasificarlas en dos categorías:

- **Construyen paz** (ej. respeto, diálogo, apoyo, escucha, cooperación).
- **Promueven violencia** (ej. insultos, burlas, amenazas, humillación, excluir).

Este ejercicio permitió:

- Sensibilizar sobre el poder del lenguaje en la convivencia.
- Reconocer que la violencia puede ser física, verbal, psicológica o simbólica.
- Generar un ambiente reflexivo y participativo antes de iniciar el tema central

Desarrollo de la Actividad: “Cultura de Paz”

Durante la sesión se desarrollaron los siguientes contenidos:

Tipos de violencia

Los estudiantes identificaron y analizaron las principales formas de violencia que

se pueden presentar en los entornos escolares, familiares, comunitarios y digitales:

- **Violencia física:** golpes, empujones, agresiones.
- **Violencia psicológica o emocional:** humillaciones, insultos, burlas, amenazas, manipulación.
- **Violencia verbal:** ofensas, gritos, apodos denigrantes.
- **Violencia sexual:** cualquier acto sexual sin consentimiento, acoso, tocamientos, presión, vulneración de la intimidad.
- **Violencia económica:** control de bienes, dinero o recursos.
- **Violencia digital:** ciberacoso, difusión de imágenes sin permiso, amenazas por redes.
- **Violencia de género:** agresiones basadas en estereotipos o desigualdad.
- **Violencia intrafamiliar:** maltrato dentro del hogar ejercido por familiares.

Los adolescentes compartieron ejemplos cotidianos y reflexionaron sobre cómo estas formas de violencia impactan su bienestar emocional, rendimiento académico y relaciones sociales.

Activación de Rutas de Atención

Se explicó, de forma clara y adaptada a la edad, cómo funciona la activación de rutas dentro del entorno escolar y comunitario:

1. **Identificación del caso:** observar o vivir una situación de violencia.

2. **Comunicación inmediata:** informar a un docente, orientador escolar, directivo o adulto de confianza.
3. **Activación de Ruta 1 o Ruta 2** según la Ley 1620:
 - **Ruta 1:** situaciones que pueden resolverse dentro de la institución mediante procesos pedagógicos.
 - **Ruta 2:** situaciones de violencia física, sexual o de alto riesgo que deben reportarse a:
 - Comisaría de Familia
 - ICBF
 - Policía de Infancia y Adolescencia
 - EPS O ESE (en caso de atención médica)
4. **Acompañamiento psicosocial y seguimiento** hasta garantizar la protección del adolescente.

Los estudiantes reflexionaron sobre la importancia de pedir ayuda de manera oportuna y no guardar silencio ante situaciones de vulneración.

ACTA N° 18

La jornada inició con una actividad rompehielo **“La Red que Nos Une”**. El facilitador entregó un ovillo de lana y, al lanzar el hilo a un estudiante, este debía mencionar una acción que contribuyera a la paz (ej. “escuchar”, “dialogar”, “respetar las diferencias”). Luego lanzaba el ovillo a otro compañero.

Al finalizar, se formó una red simbólica que representó:

- La unión del grupo.
- La importancia de apoyarse entre sí para prevenir la violencia.
- Que todas las personas cumplen un papel en la protección y el bienestar colectivo.

Este ejercicio permitió iniciar la feria con un ambiente de integración, confianza y reflexión.

Desarrollo de la Actividad: Feria de cierre **“¡Juntos por la no violencia!”**

La feria se organizó en **estaciones temáticas**, cada una enfocada en un componente clave del tema. Los grupos de estudiantes rotaron por cada estación, participando activamente y respondiendo preguntas, retos o dinámicas pedagógicas.

Estación 1: Tipos de violencia

En esta estación se trabajaron las diferentes manifestaciones de violencia:

- **Física**
- **Psicológica o emocional**
- **Verbal**
- **Sexual**
- **Digital**
- **Intrafamiliar**
- **Económica**
- **Violencia de género**

Los estudiantes identificaron ejemplos de su contexto urbano o rural y analizaron el impacto que estas formas de violencia tienen en el bienestar y el desarrollo emocional.

Estación 2: Normatividad Colombiana

Se presentó de manera clara y pedagógica la normativa que protege a niños, niñas y adolescentes:

- **Constitución Política de Colombia:** derecho a la vida, dignidad e integridad.
- **Ley 1098 de 2006:** Código de Infancia y Adolescencia.
- **Ley 1620 de 2013:** Sistema Nacional de Convivencia Escolar.
- **Ley 1257 de 2008:** protección contra la violencia basada en género.

- **Código Penal (Ley 599 de 2000):** sanciones frente a delitos de agresión física, psicológica o sexual.

El objetivo fue que los estudiantes comprendieran que la ley los protege y que cualquier forma de violencia es denunciable.

Estación 3: Activación de Rutas de Atención

Aquí se explicó, mediante un recorrido visual, cómo actuar ante una situación de violencia:

1. **Identificar el hecho o la amenaza.**
2. **Informar inmediatamente** a un adulto de confianza, docente, orientador o directivo.
3. **Ruta 1 o Ruta 2**, según la gravedad del caso:
 - **Ruta 1:** casos de convivencia que la institución puede manejar.
 - **Ruta 2:** casos de agresión física, abuso sexual, riesgo grave o vulneración de derechos que deben reportarse a:
 - Comisaría de Familia
 - ICBF
 - Policía de Infancia
 - Fiscalía (en casos de violencia sexual)
 - Atención médica en EPS
4. **Seguimiento y acompañamiento** psicológico y social.

Los estudiantes participaron en dramatizaciones breves para identificar la ruta correcta según el tipo de caso.

Estación 4: Cultura de Paz

Esta estación integró dinámicas para promover valores y habilidades para la convivencia pacífica:

- Diálogo asertivo
- Manejo emocional
- Respeto por la diversidad
- Empatía
- Resolución pacífica de conflictos
- Solidaridad

Se elaboró un mural colectivo con el mensaje: **“En mi colegio, la paz empieza conmigo”**.

Posteriormente, se aplicó un **POS-TEST**, compuesto por 5 preguntas de selección múltiple, con el fin de identificar los conocimientos previos de los estudiantes del grado 6:02 respecto a las formas de violencia y las estrategias para su prevención.

PREGUNTA	CORRECTAS	INCORRECTAS	PORCENTAJE CORRECTO
1	16	1	94,12%
2	17	0	100%
3	16	1	94,12%
4	16	1	94,12%
5	16	1	94,12%

Análisis:

- La **pregunta 2 presenta el 100% de respuestas correctas**, lo que evidencia que todos los participantes lograron identificar adecuadamente la situación evaluada, mostrando una comprensión completa del concepto abordado.
- Las **preguntas 1, 3, 4 y 5 obtuvieron un 94,12% de acierto**, lo cual indica un nivel de comprensión alto y consistente entre los estudiantes respecto a los diferentes tipos de violencia y las acciones relacionadas con su prevención.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 13

Realizar 10 jornadas de educación para implementar la estrategia "soy hábil soy Vida" en una institución educativa del área urbana conforme a los lineamientos departamentales.

OBJETIVO: Pretender que los estudiantes aprendan qué es decidir y su importancia para no dejar que otros decidan por ellos y diferencien las alternativas frente a situaciones en las que hay que tomar decisiones.

EJECUCION: Realizamos una jornadas educativas el día 1 de diciembre 2025– Zona Urbana, Territorio 5, Micro territorio 12 Barrio El centro, La jagua de Ibirico (IE JOSE GUILLERMO CASTRO SEDE MIXTA#2) En el marco de la implementación de la estrategia “Soy Hábil, Soy Vida”, se llevó a cabo la Fase 3, sesión 2 correspondiente al componente toma de decisiones en la Institución El José Guillermo Castro sede mixta#2 con el grado 5 de la jornada de mañana.

En el marco de la implementación de la estrategia “**Soy Hábil, Soy Vida**”, se llevó a cabo la Fase 3, sesión 5 activando la comunicación, en la Institución **El José Guillermo Castro sede mixta#2** con el grado 5 de la jornada de mañana.

1. Oración

La jornada inició con una oración dirigida por la auxiliar del PIC Maritza Yépez, invitando a la reflexión, la unión y la disposición para participar en la actividad de cierre.

2. Palabras de bienvenida

La psicóloga Nerly Jimenez brindó un saludo especial a padres, estudiantes y docente, destacando la importancia de su participación en esta actividad, concebida como un espacio para fortalecer el vínculo familiar y promover prácticas protectoras de la salud mental.

3. Presentación de la canción “Color Esperanza”

Los estudiantes realizaron la presentación musical de la canción “**Color Esperanza**”, como símbolo de motivación, resiliencia y trabajo conjunto. La interpretación fue el resultado de la preparación desarrollada durante la sesión previa.

4. Intervención del delegado del rector

La directora de grupo Angie Caro ofreció un mensaje institucional, resaltando el compromiso de la institución con la formación integral de los estudiantes y el acompañamiento permanente a las familias en los procesos educativos.

5. Intervención de la Psicóloga de la dimensión Convivencia Social y Salud Mental

Nerly Jiménez compartió orientaciones sobre la importancia de la comunicación en la familia, el fortalecimiento de habilidades sociales y la promoción de ambientes protectores para el bienestar emocional de los niños y niñas.

6. Desarrollo de la actividad de cierre

realizó una actividad conjunta entre padres y estudiantes orientada al fortalecimiento de las habilidades comunicativas, la toma de decisiones y la integración familiar.

Se generaron momentos de reflexión sobre la importancia de la palabra, la escucha y el respeto en las interacciones cotidianas.

7. Entrega de certificados

Se hizo entrega de certificados a los estudiantes, como reconocimiento a su compromiso, asistencia y participación en el proceso formativo.

8. Conclusiones y agradecimientos

- Se evidenció el fortalecimiento del vínculo afectivo entre padres e hijos durante la actividad.
 - Los estudiantes demostraron avances en comunicación, expresión y participación.
 - Las familias valoraron la importancia de acompañar estos procesos institucionales.
- Finalmente, se expresó un agradecimiento especial a todos los asistentes por su apoyo y disposición, destacando la importancia de continuar promoviendo espacios de encuentro y formación integral.

REGISTROS FOTOGRAFICOS:



ATENCION PRIMARIA

ACTIVIDAD N° 14

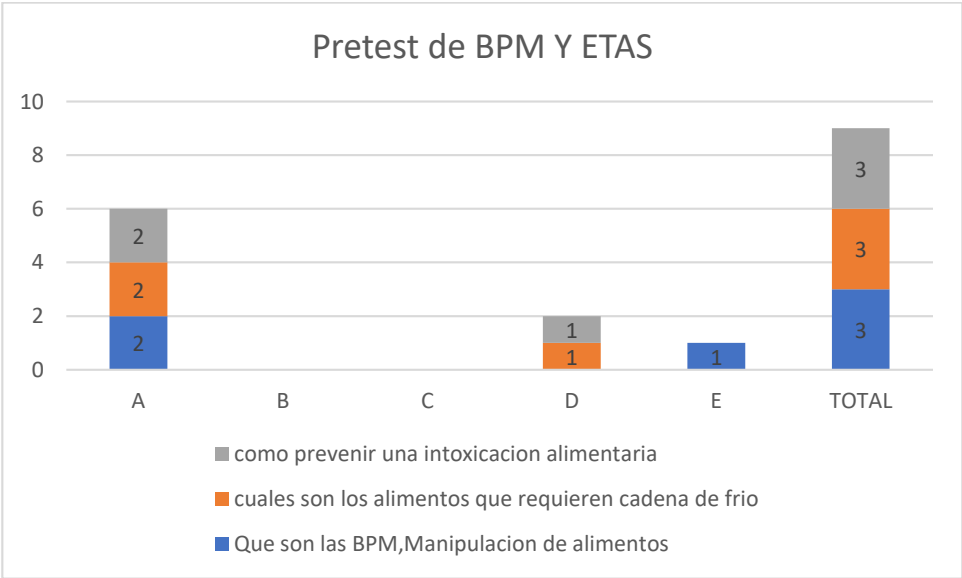
Realizar 50 visitas de información en salud a vendedores ambulantes o comerciantes; 20 del área urbana; y 10 en el corregimiento de Boquerón; 10 en el corregimiento de la palmita y 10 en el corregimiento de la Victoria, sobre buenas prácticas de manufactura y prevención de enfermedades transmitidas por alimentos

OBJETIVO: Orientar a los vendedores ambulantes o comerciantes del área urbana del municipio de la jagua de Ibirico - cesar. Y en los corregimientos de Boquerón; palmita y la victoria, sobre buenas prácticas de manufactura con el fin de prevención de enfermedades transmitidas por alimentos.

EJECUCION: Realizamos 3 visitas de información en salud el día 03 de Diciembre DEL 2025 en el corregimiento de la victoria de san isidro (3) visitas Territorio 11 Microterritorio 43

Se realizaron 3 visitas informativas a vendedores ambulantes y comerciantes, se inicia con la aplicación de un pre- test para identificar conocimientos previos por parte de los participantes, luego se informa para orientar sobre la importancia de las buenas prácticas de manufactura (BPM) iniciando con inspección y/o observación de cada área de trabajo con el fin de informas sobre ¿Qué son las BPM?, Las Buenas Prácticas de Manufactura son unos principios básicos de higiene que se deben seguir para garantizar que los alimentos y bebidas que cumplan con los requisitos sanitarios para cuidar la salud de los consumidores y asegurar un producto de calidad. Estás

prácticas se deben llevar a cabo en todas las etapas de la cadena de alimentos: manipulación, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución, todo esto con el fin de proteger de cualquier riesgo que pueda ser catastrófico para los productos, como, por ejemplo, la contaminación cruzada, la adulteración y el etiquetado incorrecto. La implementación de BPM o buenas prácticas de manufactura puede ayudar a reducir las pérdidas y el desperdicio, y protege tanto a la empresa como al consumidor de sucesos negativos en seguridad alimentaria.

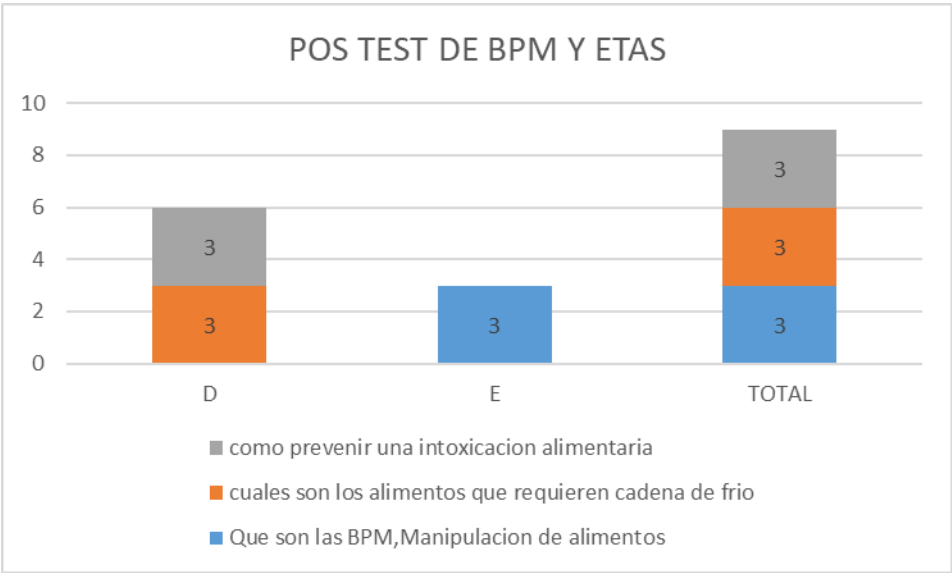


ANALISIS

- La mayoría de respuestas correctas parecen concentrarse en la opción D, especialmente para las preguntas sobre cadena de frío y prevención de intoxicaciones alimentarias.
- En cambio, la pregunta sobre qué son las BPM tuvo respuestas más dispersas (A=2, E=1), lo que indica que hay **mayor** desconocimiento o confusión en ese tema.

Conclusión:

- Los participantes tienen mejor conocimiento sobre conservación y prevención de intoxicaciones, pero se debe reforzar el concepto general de BPM y manipulación adecuada de alimentos.



Los participantes ahora reconocen correctamente los conceptos clave, como:

ANALISIS

El gráfico presenta dos aspectos relacionados con las Buenas Prácticas de Manufactura (BPM) y la manipulación de alimentos:

En el **post-test**, todas las respuestas se concentraron en las opciones **D y E**, con **3 aciertos en cada tema**.

Esto muestra una **mejora significativa en el conocimiento**, especialmente en el tema de **qué son las BPM** (que en el pre-test tenía respuestas dispersas entre A y E).

Los participantes ahora **reconocen correctamente los conceptos clave**, como:

- Qué son las BPM y cómo aplicarlas.
- Qué alimentos requieren cadena de frío.
- Cómo prevenir intoxicaciones alimentarias.

Conclusión:

El post-test evidencia un fortalecimiento del conocimiento en todos los temas relacionados con las Buenas Prácticas de Manufactura. La intervención educativa fue efectiva, logrando que los participantes comprendan los conceptos y prácticas necesarias para la manipulación segura de alimentos y prevención de enfermedades transmitidas por alimentos (ETAS)

La actividad fue satisfactoria ya que las personas participaron activamente dando su opinión sobre el tema expuesto, la actividad finalizó con un post test realizado en forma individual para corroborar que los participantes tengan claro el concepto de las buenas prácticas de manufactura y prevención de enfermedades transmitidas por alimentos.

REGISTROS FOTOGRAFIC



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N°15

Realizar 30 visitas a Madres gestantes para Informar sobre la maternidad segura y el cuidado del binomio Madre- hijo

OBJETIVO: Realizar visitas a madres gestantes y lactantes, para hacer acompañamiento integral a las rutas de atención segura de las mujeres antes, durante y después de un evento obstétrico, y de sus hijos e hijas en el municipio de la Jagua De Ibirico - Cesar.

EJECUCION: Realizamos 3 visitas de información en salud el día 04 de Diciembre 2025 Territorio 2, Micro territorio 9, Barrio el Bosque se realizaron 3 visitas casa a casa a familias del entorno hogar con el objetivo de informar sobre los cuidados esenciales antes, durante y después del embarazo, tanto para la madre como para el recién nacido. La intervención inició con la aplicación de un pre test, con el fin de conocer los saberes previos de las participantes

luego se indaga sobre el estado de salud de cada persona a la que se le realizó el encuentro con el fin de la importancia de tener en cuenta y prevenir los riesgos materno perinatal comprendiéndolo como todas las atenciones e intervenciones que se deben prestar de manera oportuna desde la decisión de la fecundidad, pasando por la planeación del embarazo y hasta las atenciones perinatales dirigidas a prevenir y tratar las complicaciones antes, durante y después del evento obstétrico.

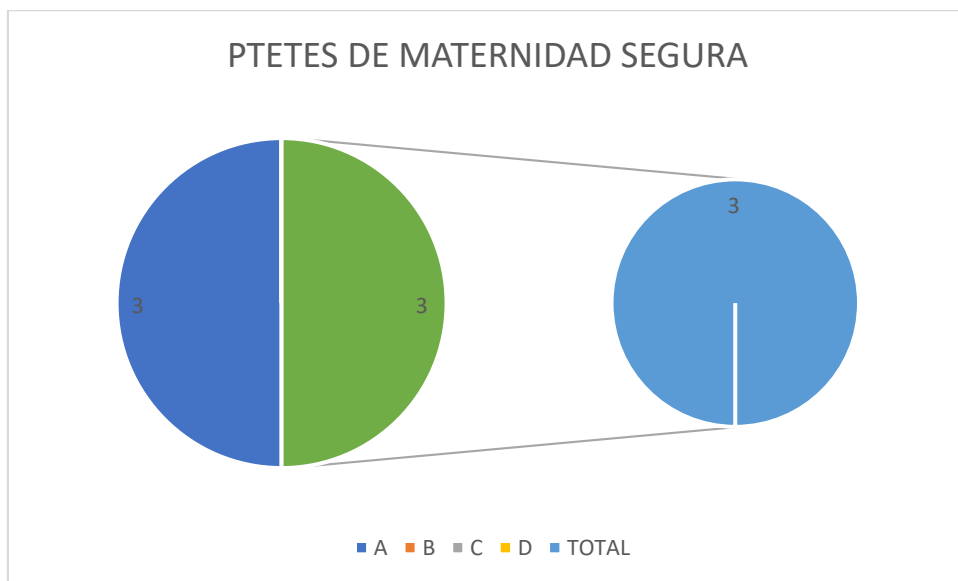
ANALISIS DEL PRE TEST.

La respuesta obtenida de las participantes fue del 100% tiene el conocimiento claro sobre el tema.

1. Tiene una noción básica clara sobre la maternidad segura.
2. Reconocen prácticas esenciales de atención prenatal.
3. Conocen los principales objetivos del modelo de maternidad segura, como reducir la mortalidad materno-infantil y asegurar controles médicos regulares.

Esto indica que ya existe conciencia en la comunidad sobre la importancia del cuidado prenatal, pero se requiere profundizar en temas específicos como:

1. Signos de alarma durante el embarazo.
2. Planificación del parto.
3. Nutrición adecuada para la madre gestante.
4. Derechos sexuales y reproductivos.



Interpretación general

- El 100 % de las participantes reconoce el objetivo de la maternidad segura, aunque aún hay margen para reforzar este concepto.
 - El **100%** demuestra claridad en temas de atención prenatal y cuidados maternos, lo cual refleja una buena base de conocimientos prácticos.
 - Se evidencia la necesidad de reforzar los conceptos teóricos sobre los objetivos específicos de la maternidad segura, garantizando que todas comprendan su importancia en la salud materno-infantil.
 - Conclusión
 - El grupo muestra un nivel de conocimiento alto sobre la atención prenatal y los cuidados maternos, pero se recomienda profundizar en los objetivos y componentes del programa de Maternidad Segura, para fortalecer la comprensión integral del tema.
1. **Atención para el cuidado preconcepcional:** se trata de una consulta que tiene por objeto detectar y evaluar las condiciones biológicas, las conductas sociales o hábitos presentes en una mujer o en una pareja, para detectar aquello que podrían convertirse en riesgo durante la gestación. La atención preconcepcional se define como un conjunto de intervenciones para identificar condiciones biológicas (físicas y mentales)

y hábitos del comportamiento o sociales que pueden convertirse en riesgos para la salud de la mujer y para los resultados de un embarazo la mujer o la pareja con intención reproductiva

acorde con lo establecido en este protocolo o para remitir a los profesionales especializados que corresponda. Se evalúan como mínimo los aspectos que se enuncian a continuación.

Antecedentes personales y familiares.

Nutrición, peso, existencia de trastornos alimenticios y actividad física.

Hábitos no saludables.

Estado de inmunizaciones.

Historia sexual y reproductiva.

Ingesta de medicamentos

En esta consulta se procede también a solicitar los exámenes básicos necesarios que incluyen:

Antígeno superficie hepatitis B

Tamizaje para detección temprana del cáncer de cuello uterino

Glicemia en ayunas

Hemoclasificación

Hemograma

Hemoparásitos (en zonas endémicas)

IgG G toxoplasma

IgG G rubéola

IgG G varicela

Prueba treponémica rápida para sífilis

Urocultivo con concentración mínima inhibitoria

VIH (prueba rápida), con asesoría pre y pos-test

2. Atención en el cuidado prenatal: La atención prenatal se define como el conjunto de atenciones que contribuyen a mejorar la salud materna, promover el desarrollo del feto, identificar e intervenir tempranamente los riesgos relacionados con la gestación, y generar condiciones óptimas que permitan un parto seguro.

a fin de identificar de manera oportuna factores de riesgo biopsicosociales, enfermedades asociadas y propias del embarazo, para un manejo adecuado y oportuno de estas. Establecer un plan integral de atención del control prenatal y atención del parto conforme con la condición de salud de la gestante, que garantice el manejo de acuerdo con su complejidad en los diferentes niveles de atención en salud.

3. Curso de Maternidad y paternidad: Desde el enfoque de curso de vida, la maternidad y la paternidad se concibe como un suceso vital, que implica cambios físicos, psicológicos y emocionales en la mujer gestante que promueven o ponen en riesgo la salud física y mental de la mujer y la de su hijo-a por nacer. El curso de preparación para la maternidad y paternidad es un proceso organizado de educación, realizado de manera interactiva entre el equipo de salud, la mujer y compañero, sus hijos y su familia o con persona que ella considere como efectivamente más cercana. La intencionalidad es la de desarrollar capacidades para el cuidado de la salud durante la gestación, el parto y el puerperio.

4. Atención del parto: durante la atención del parto se debe garantizar las siguientes actividades:

Atención del parto humanizado

Favorecer el contacto piel a piel y lactancia materna en la primera hora de vida.

Realizar los procedimientos de tamización del recién nacido como TSH, auditivo, visual, etc.

Iniciar esquema de vacunación.

Registro civil del recién nacido.

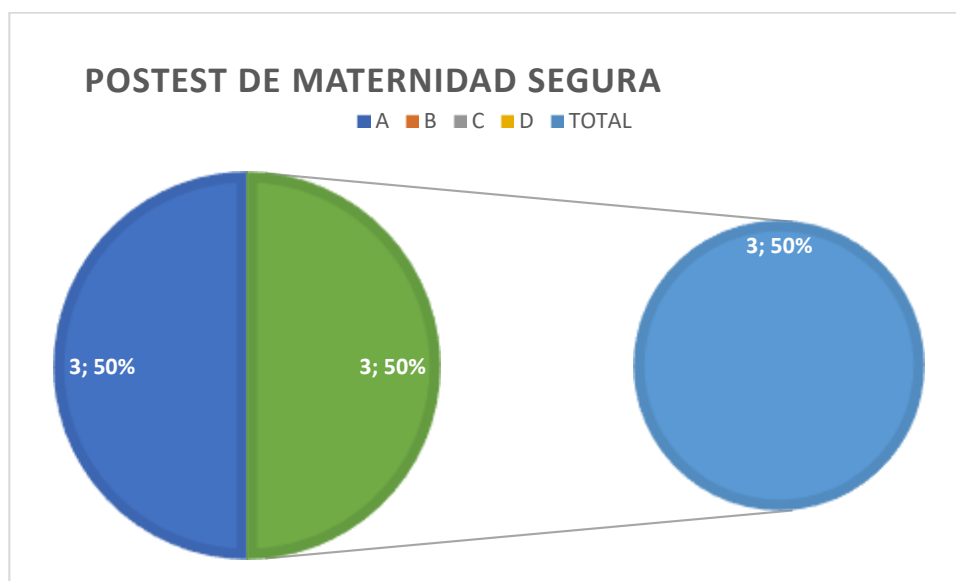
Se Brinda educación y acompañamiento en lactancia materna, signos de alarma, favorecer el alojamiento conjunto.

Planificación post evento obstétrico.

Cumplir con la asignación de cita post parto, y cita del recién nacido.

En caso de mortinato, brindar acompañamiento y manejo del duelo a mujer y familia.

5. **Control Postparto:** El control postparto tiene como objetivo establecer si la puerpera presenta una adecuada adaptación luego del evento obstétrico, si se presentan signos que puedan sugerir una patología post evento, si presentan un adecuado estado nutricional, si se presentan signos de infección, adherencia al plan de manejo instaurado desde el hospital, adicionalmente la revisión de la técnica de lactancia.
6. **Control del recién nacido:** Tiene como objetivo establecer si la niña o el niño recién nacidos presentan una adecuada adaptación a la vida extrauterina, si no se presentan signos que puedan sugerir una patología neonatal, si presentan un adecuado estado nutricional, si no se presentan signos de infección. El control del recién nacido se hará mediante una consulta ambulatoria de la niña o el niño por parte de profesional.
7. En el gráfico de “Pos test de Maternidad segura” se observan dos grupos de resultados:



Se observan dos gráficos circulares.

El primero (a la izquierda) muestra dos categorías bajo la letra A, ambas con 50%.

2.El segundo (a la derecha), identificada como TOTAL, también muestra 50%, lo que sugiere que se agrupan los datos del primero para obtener el total general.

3. En la leyenda, aparecen las categorías A, B, C y TOTAL, aunque en el gráfico solo parecen reflejarse A y TOTAL.

4. El título “Pos test de Maternidad segura” indica que se trata de la evaluación final sobre conocimientos o percepciones de maternidad segura.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 16

Realizar (9) jornadas de información en salud dirigido a gestantes sobre la importancia de una alimentación balanceada en la gestación con el fin de evitar complicaciones tanto en la madre como en el recién nacido.

OBJETIVO: Fomentar y concientizar acerca de la importancia de mantener una alimentación equilibrada durante la gestación, subrayando cómo una alimentación correcta favorece el bienestar de la madre y el crecimiento saludable del infante, evitando problemas y promoviendo un embarazo ideal para ambos a todas las madres en gestación del municipio de la jagua de ibirico, cesar

EJECUCION: Realizamos una jornada de información en salud el día 03 de Diciembre del 2025 – Zona urbana, y rural. Se realizó una jornada de información sobre una alimentación saludable durante el embarazo, por medio un espacio radial en la emisora la vos de la jagua, del municipio de la jagua de ibirico, cesar,

sobre generalidades de la alimentación saludable durante el embarazo, por medio un espacio radial en la emisora la vos de la jagua, en especial a todas las madres en gestación del municipio, iniciamos con un saludo en general, luego se comentó de que, el embarazo es una etapa de cambios fisiológicos y emocionales significativos, donde la alimentación juega un papel determinante en la salud tanto de la madre como del bebé.

Uno de los principales beneficios de una alimentación saludable durante el embarazo es el **desarrollo adecuado del bebé**.

Nutrientes esenciales como el ácido fólico, el hierro, el calcio y los ácidos grasos omega-3 contribuyen a la formación de órganos, huesos, cerebro y sistema inmunológico. La ingesta suficiente de vitaminas y minerales reduce el riesgo de **defectos congénitos** y favorece un crecimiento fetal equilibrado. Asimismo, un aporte adecuado de proteínas asegura la correcta formación de tejidos y órganos del bebé, mientras que los carbohidratos y grasas saludables proporcionan la energía necesaria para su desarrollo.

Otro beneficio relevante es la **prevención de complicaciones maternas**. Una dieta balanceada ayuda a mantener un peso adecuado durante el embarazo, disminuyendo el riesgo de obesidad gestacional, diabetes y preeclampsia. El consumo suficiente de hierro y vitamina C previene la anemia, mientras que la fibra y la hidratación adecuada reducen problemas digestivos comunes como el estreñimiento.

Además, **prepara a la madre para la lactancia**. Una dieta rica en nutrientes asegura la producción de leche materna de alta calidad, beneficiando el crecimiento y la protección inmunológica del recién nacido. Esto, a su vez, refuerza el vínculo entre madre e hijo y establece bases sólidas para la alimentación y salud del niño en sus primeros años.

Finalmente, la promoción de una alimentación saludable durante el embarazo **establece hábitos de vida duraderos**. La madre adquiere conciencia sobre la importancia de seleccionar alimentos nutritivos, limitar el consumo de ultra procesados y mantener un estilo de vida activo, lo que puede continuar después del embarazo. Además, promoviendo un entorno familiar saludable.

REGISTRO FOTOGRAFICO:



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N°17

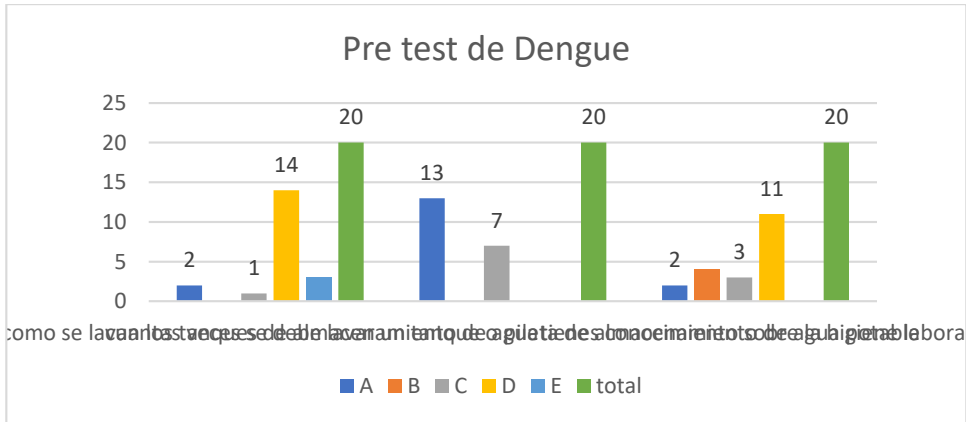
Realizar 200 visitas casa a casa en el área urbana o rural con el fin de informar sobre el lineamiento técnico sobre el lavado y cepillado de tanques de almacenamiento de agua de uso doméstico y depósitos de agua como estrategia para evitar la infestación por AEDES AEGYPTI para DENGUE, CHIKUNGUÑA, ZIKA,

Estas visitas van dirigidas al Entorno hogar en articulación con los presidentes de Juntas de acción comunal priorizando barrios con mayor número de casos.

OBJETIVO: Promover el conocimiento y la adopción de prácticas adecuadas de higiene y saneamiento, especialmente el lavado y cepillado de tanques y piletas de almacenamiento de agua, como medida clave para la prevención del dengue en la comunidad.

EJECUCION: Realizamos 20 visitas casa a casa de información en salud los días 1, Y 2 de diciembre 2025 – Municipio De La Jagua Ibérico Territorio 2 Micro territorio 9 Barrio EL BOSQUE Promover el conocimiento y la adopción de prácticas adecuadas de higiene y saneamiento —especialmente el lavado y cepillado de tanques y piletas de agua— como medida clave para prevenir el dengue, zika y chicunguña

Se realizaron Pre-test (20 participantes) midiendo:



se aplicó un pre test con tres preguntas clave sobre prácticas de prevención relacionadas con el almacenamiento de agua y la higiene laboral, factores importantes en la prevención del dengue.

Pregunta 1 – Cómo se lavan los tanques de almacenamiento de agua:

- 14 personas respondieron correctamente (opción D).
 - Hubo respuestas incorrectas en las opciones A (2), B (1) y E (3).
 - Total de participantes: 20.
- ☞ El 70% de los encuestados tienen claridad sobre el lavado correcto de tanques, pero aún existe un 30% con desconocimiento o conceptos erróneos.

Pregunta 2 – Cuántas veces se debe lavar un tanque o pileta de almacenamiento de agua potable:

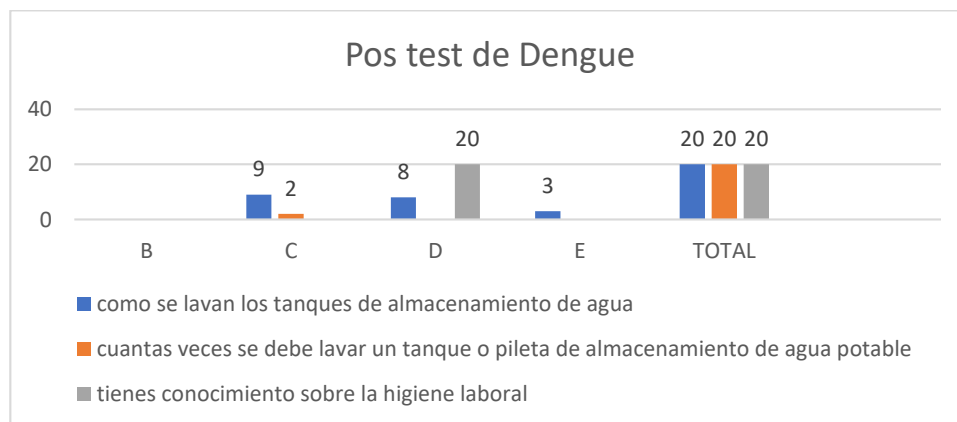
- 13 personas respondieron correctamente (opción A).
- 7 personas eligieron opciones incorrectas.
- Total de participantes: 20.
El 65% sabe la frecuencia adecuada de lavado, pero un 35% aún desconoce la práctica, lo cual es un riesgo para la proliferación del vector.

Pregunta 3 – Conocimiento sobre la higiene laboral:

- 11 personas respondieron correctamente (opción D).
- 9 personas tuvieron respuestas incorrectas distribuidas entre A (2), B (2), C (3) y E (2).
- Total de participantes: 20.
Solo el 55% tiene conocimientos adecuados sobre higiene laboral, siendo este el aspecto con mayor desconocimiento.

Conclusión general:

- El nivel de conocimiento es aceptable en aspectos como el lavado de tanques y la frecuencia de limpieza, pero aún insuficiente.
- La higiene laboral es el tema más débil, ya que casi la mitad de los participantes no maneja la información correctamente.
- Se recomienda reforzar las capacitaciones especialmente en hábitos de higiene laboral y prácticas de prevención del dengue, con actividades educativas y demostrativas.



AL TERMINAR LA EVALUACION CONCLUIMOS QUE

Después de la intervención educativa se aplicó un pos test con las mismas preguntas sobre prácticas de almacenamiento de agua y conocimientos de higiene laboral.

Pregunta 1 – Cómo se lavan los tanques de almacenamiento de agua:

- 9 respuestas correctas (opción B).
- 11 personas distribuidas en otras opciones (C: 2, D: 8, E: 1).
El 45% respondió adecuadamente, mostrando que aunque hubo aprendizaje, persiste confusión en la práctica correcta de lavado.

Pregunta 2 – Cuántas veces se debe lavar un tanque o pileta de almacenamiento de agua potable:

- 20 respuestas correctas (opción D).
El 100% de los encuestados comprendió la frecuencia adecuada, lo que representa un avance significativo frente al pre test (donde solo el 65% respondió bien).

Pregunta 3 – Conocimiento sobre la higiene laboral:

- 20 respuestas correctas (opción D).
El 100% demostró comprensión de la higiene laboral, mostrando un gran progreso comparado con el pre test (55% de aciertos).

Conclusión general:

- El pos test evidencia un aumento importante en el nivel de conocimiento, especialmente en los temas de frecuencia de lavado de tanques y higiene laboral, alcanzando un 100% de respuestas correctas.
- La pregunta sobre cómo se lavan los tanques aún refleja debilidades, ya que menos de la mitad respondió correctamente, lo que indica la necesidad de reforzar este punto de manera práctica y demostrativa.
- En términos generales, la estrategia educativa fue efectiva y logró mejorar significativamente los conocimientos en prevención del dengue.

REGISTRO FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD N° 18

Realizar dieciocho (18) encuentros educativos (9 por dos ciclos) sobre la importancia del manejo de la IRA y la EDA, teniendo en cuenta los tres mensajes claves 1- Como evito que mi hijo o hija se enferme 2- como lo debo cuidar en casa y como puedo evitar que contagie a otras personas 3- Cuales son los signos y síntomas que hacen necesario consultar a una institución de salud, en el área urbana o rural del entorno institucional, dirigido a docentes y padres de familia del ICBF.

OBJETIVO: Educar y orientar a los padres de familia y docentes de las familias triunfadoras del barrio Nuevo Milenio cómo tratar las infecciones respiratorias y las enfermedades diarreicas agudas, teniendo en cuenta la prevención, los síntomas y los signos de alarma.

EJECUCION: Realizamos dos encuentros educativos 04 de diciembre de 2025 Zona urbana, Territorio 3, Microterritorio 5, Barrio Nuevo Milenio, se llevó a cabo un encuentro educativo con usuarios del fami (familias triunfadoras) y maestros sobre la importancia del manejo de la IRA.

ACTA N° 17

Las vacunas desempeñan un papel fundamental en la prevención de las Infecciones Respiratorias Agudas (IRA), que incluyen enfermedades como la influenza, la neumonía neumocócica, la tosferina y ciertos tipos de infecciones virales respiratorias.

Su importancia radica en que las IRA son una de las principales causas de morbilidad en todas las edades, especialmente en niños pequeños, adultos mayores y personas con enfermedades crónicas.

En primer lugar, las vacunas **reducen la probabilidad de enfermar**, ya que preparan al sistema inmunológico para reconocer y combatir los microorganismos responsables de las IRA. Esto significa que incluso si una persona vacunada llega a exponerse al patógeno, su organismo puede responder de manera más rápida y efectiva, evitando la infección o disminuyendo su intensidad.

Otro beneficio importante es la **reducción de complicaciones graves**. Enfermedades como la influenza o la neumonía pueden derivar en hospitalizaciones, insuficiencia respiratoria o incluso la muerte, especialmente en poblaciones vulnerables. Las vacunas

disminuyen significativamente estos riesgos al proteger a quienes tienen mayor probabilidad de presentar cuadros severos.

Además, las vacunas contribuyen a la **protección colectiva**, también conocida como inmunidad de rebaño. Cuando una proporción suficiente de la población está inmunizada, se reduce la circulación del virus o bacteria, lo que protege a quienes no pueden vacunarse por razones médicas o cuya respuesta inmune es limitada.

Desde una perspectiva social, las vacunas también ofrecen beneficios como la **disminución del ausentismo escolar**, ya que reducen la frecuencia de episodios de enfermedad.

ACTA: N°18

La Enfermedad Diarreica Aguda (EDA) continúa siendo una de las principales causas de morbilidad, especialmente en niños menores de cinco años, aunque en la mayoría de los casos la diarrea puede parecer un cuadro clínico leve, sus complicaciones—particularmente la deshidratación—pueden poner en riesgo la vida si no se previenen y atienden adecuadamente.

Por ello, la implementación de métodos de prevención eficaces constituye una estrategia esencial para proteger la salud pública y mejorar la calidad de vida en las comunidades.

Uno de los pilares fundamentales en la prevención de la EDA es la **higiene personal**, particularmente el **lavado de manos** con agua y jabón. Esta práctica simple reduce de manera significativa la transmisión de virus, bacterias y parásitos responsables de la diarrea. El lavado de manos debe realizarse especialmente antes de preparar o consumir alimentos, después de ir al baño, después de cambiar pañales y luego de manipular basura o animales. Su promoción constante en escuelas, hogares y centros de salud es indispensable para disminuir la incidencia de la enfermedad.

Otro eje central es garantizar el **acceso a agua potable y saneamiento básico**. La ausencia de fuentes seguras de agua y la deficiente disposición de excretas se encuentran entre los principales factores que favorecen la propagación de EDA. El tratamiento del agua mediante hervido, cloración o filtración, así como el uso de letrinas y sistemas adecuados de alcantarillado, son acciones esenciales para interrumpir la contaminación fecal-oral.

La **seguridad alimentaria** constituye otro aspecto esencial en la prevención. La adecuada manipulación, conservación y cocción de los alimentos evita la proliferación de microorganismos patógenos. Mantener los alimentos a temperaturas seguras, evitar el contacto entre alimentos crudos y cocidos, lavar frutas y verduras, y garantizar la limpieza de utensilios son prácticas básicas pero altamente efectivas. Asimismo, la refrigeración adecuada y la atención a las fechas de caducidad son medidas que reducen el riesgo de brotes de EDA asociados al consumo de alimentos contaminados.

La **lactancia materna exclusiva** durante los primeros seis meses de vida es también una estrategia fundamental en la prevención de EDA en la infancia. La leche materna ofrece nutrientes esenciales y anticuerpos que protegen al bebé contra infecciones gastrointestinales. Además, evita la exposición temprana a alimentos o líquidos que

podrían estar contaminados. Promover y apoyar la lactancia materna desde los servicios de salud y las políticas públicas contribuye significativamente a reducir la mortalidad infantil.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA EN SALUD.

ACTIVIDAD N° 19

Realizar dieciocho (18) ferias educativas lúdicas (9 por dos ciclos) sobre la promoción de los Buenos hábitos alimenticios, la salud oral, auditiva, comunicativa y la importancia del lavado de manos para prevenir las EDA, IRA, en la primera infancia, en el área urbana o rural en el entorno educativo.

OBJETIVO: Instruir y guiar acerca de la importancia de los hábitos alimentarios saludables para prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida, realizando el cuidado de la salud visual, oral, auditiva y la práctica del lavado de manos para prevención de enfermedades diarreicas y respiratorias en los alumnos de la institución mixta número 2, perteneciente al municipio de la jagua de Ibirico.

EJECUCION: Realizamos dos ferias educativas los días 01 de diciembre del 2025 – Zona urbana, Territorio 5, Micro territorio 12, Barrio centro. Se llevó a cabo dos actividades educativas preventivas con el grado Preescolar 01, jornada mañana, en la sede José Guillermo Castro de la Institución Educativa Mixta No 2 sede de la institución José Guillermo Castro, Castro. primeramente, nos reunimos en el salón de clases, iniciamos hablando sobre importancia del lavado de manos

ACTAN° 17

las enfermedades presentes en la cavidad bucal, ya que, durante la primera infancia, la salud bucal es un aspecto fundamental para el crecimiento y desarrollo integral del niño. En esta etapa, la cavidad bucal experimenta cambios importantes, como la erupción de los dientes primarios, el desarrollo del habla, la alimentación y la formación de hábitos.

Sin embargo, diversos factores —como la higiene insuficiente, la dieta rica en azúcares y la exposición temprana a microorganismos— pueden favorecer la aparición de enfermedades bucales.

Una de las enfermedades más comunes es la **caries dental de la primera infancia**, también conocida como caries del biberón. Se trata de una infección progresiva producida por bacterias que metabolizan azúcares y generan ácidos que dañan el esmalte. Esta enfermedad se asocia al consumo frecuente de bebidas azucaradas, uso prolongado del biberón y falta de higiene adecuada. Puede causar dolor, dificultad para alimentarse y problemas en el desarrollo del habla.

Otra afección frecuente son las **gingivitis** o inflamaciones de las encías, ocasionadas por la acumulación de placa bacteriana debido a una higiene insuficiente. Aunque en niños suele ser leve, si no se controla puede evolucionar y causar molestias, sangrado y mal aliento.

También son comunes las **infecciones virales y fúngicas**, como la *candidiasis oral* (muguet), una lesión causada por el hongo *Cándida albicans*. Esta aparece como placas blancas en lengua, mejillas y paladar, y se presenta con mayor frecuencia en bebés, especialmente si usan chupón.

La **erupción dental** puede generar molestias como inflamación de encías, irritabilidad y aumento de salivación. Aunque no se considera una enfermedad, es un proceso fisiológico que con frecuencia se confunde con patologías y requiere orientación a los cuidadores.

Otra condición relevante son las **úlceras o lesiones traumáticas**, que pueden aparecer por caídas, golpes o el uso inadecuado de objetos duros. Aunque suelen sanar solas, pueden causar incomodidad y dificultar la alimentación.

ACTA N° 18

Generalidades de la limpieza de la cavidad oral, la higiene bucal en la primera infancia es un componente esencial del cuidado integral del niño, ya que contribuye al adecuado desarrollo de los dientes, las encías y los hábitos que influirán en su salud oral durante toda la vida.

Aunque muchas personas creen que los dientes temporales requieren menos atención, en realidad son fundamentales para funciones como la alimentación, el habla y el correcto desarrollo de los dientes permanentes.

La higiene bucal en la infancia previene enfermedades como la caries, la gingivitis y otras afecciones de la cavidad oral, por lo tanto se debe tener presente las siguientes recomendaciones:

1. Antes de la erupción de los dientes

- Limpiar las encías con **gasa o paño suave humedecido** después de cada toma.
- Esta práctica elimina restos de leche y bacterias, preparando la boca para los dientes que emergerán.

2. Primeros dientes

- Usar un **cepillo pequeño de cerdas suaves** y pasta dental fluorada en cantidad mínima (del tamaño de un grano de arroz).
- Cepillar **dos veces al día**, especialmente antes de dormir.
- Los padres o cuidadores deben guiar y supervisar el cepillado, ya que los niños no tienen la destreza suficiente.

3. Niños en edad preescolar (3-5 años)

- Continuar con cepillo suave y pasta fluorada, aumentando la cantidad de pasta a tamaño de un chicharo según indicaciones del odontopediatra.
- Enseñar al niño a **cepillarse por sí mismo**, pero supervisar siempre.
- Introducir el **uso de hilo dental** en dientes que ya están en contacto entre sí.

4. Hábitos saludables

- Limitar el consumo de alimentos y bebidas azucaradas.
- Evitar dormir con biberón o dejar que el niño chupe dulces frecuentemente.
- No compartir cucharas o chupetes para prevenir transmisión de bacterias.
- Fomentar hábitos de limpieza como cepillarse después de comer.

5. Visitas al odontólogo

- Primera visita al odontopediatra alrededor del **primer año de vida**.
- Revisiones periódicas cada 6 meses para detectar problemas y recibir orientación sobre higiene y cuidados.

La limpieza de la cavidad oral en niños y niñas debe iniciarse desde la infancia con cuidados en las encías, evolucionar hacia el cepillado dental supervisado, introducir el hilo dental y mantener hábitos saludables. La combinación de higiene, alimentación adecuada y visitas regulares al odontólogo garantiza una boca sana y previene enfermedades en el futuro.

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA

ACTIVIDAD 20

Realizar cinco (5) acciones de el uso informacion salud para desestimular el uso de la pólvora en las distintas festividades, a fin de prevenir las lesiones, mutilaciones. Y muertes en la población.

OBJETIVO: Realizar acciones de información en salud a la comunidad con la finalidad de desestimular el uso de la pólvora en las distintas festividades, previniendo de esta manera lesiones mutilaciones y muertes.

EJECUCION: Realizamos dos actividad de informacion en salud los días 04 de diciembre del 2025 Zona Urbana y rural, Territorio del 1 al 11, Micro territorio del 1 al 43, Territorio 11, Micro territorio 43, Municipio la Jagua de Ibirico un perifoneo en el (Corregimiento de La Victoria de San Isidro en el Municipio de La Jagua de Ibirico un espacio radial.

Para la presente actividad se tuvo en cuenta la difusión de la información por medio de perifoneo, el cual se difundió a través de un audio informativo que se reprodujo en el corregimiento de la victoria de san isidro , y en la jagua de ibirico un espacio radial

A continuación, se procede a detallar la información a manera de conversatorio con ayuda del locutor, con el fin de que sea más didáctica la entrega de la información, además de captar la atención de los oyentes.

ACTA 5

La pólvora no es un juego. Su manipulación en las festividades representa un grave riesgo ya que puede causar lesiones graves, mutilaciones e incluso la muerte. Los riesgos afectan tanto a quienes la manipulan como a los espectadores, incluidos niños y adultos. Además, genera incendios, daños materiales y contaminación ambiental, así como estrés y sufrimiento en los animales.

A continuación, mencionamos algunas consecuencias a causa del uso de la pólvora

1. En el medio ambiente

- Contaminación del aire: la pólvora libera dióxido de azufre, monóxido de carbono y metales pesados (plomo, cobre, cadmio), que afectan la calidad del aire.
- Contaminación del agua y suelo: los residuos de pólvora, plásticos y metales caen al suelo o a cuerpos de agua, afectando su pureza y ecosistemas.
- Aumento del ruido ambiental: provoca contaminación acústica que altera el equilibrio natural y afecta la salud auditiva.

2. En las personas

- Lesiones físicas: quemaduras, amputaciones, pérdida de visión y de audición.
- Afectaciones a la salud respiratoria: el humo irrita vías respiratorias, empeora cuadros de asma o bronquitis.
- Impacto psicológico: el ruido puede generar ansiedad, insomnio y crisis en personas con condiciones de salud mental.
- Riesgo vital: cada año se reportan muertes por accidentes con pólvora.

3. En los animales

- Estrés y pánico: perros, gatos, aves y fauna silvestre reaccionan con miedo, huyendo desorientados.
- Accidentes y muertes: muchos animales se extravían, sufren atropellos o traumas por el ruido.
- Afectación auditiva: su audición es más sensible que la humana, por lo que los estallidos les generan dolor intenso.

4. En el entorno social

- Accidentes en comunidad: incendios en viviendas, campos y bosques.
- Costos sociales y económicos: hospitalizaciones, gastos en salud pública, atención a emergencias.
- Alteración de la convivencia: el ruido afecta a bebés, adultos mayores, enfermos y personas en recuperación.

Es por esto que Invitamos a la población a:

- No comprar, usar ni permitir que niños, niñas y adolescentes manipulen pólvora.
- Denunciar la venta y uso ilegal de artículos pirotécnicos en sus comunidades.
- Optar por celebraciones seguras con música, luces y actividades culturales que no pongan en riesgo la vida.
- Informarse y compartir mensajes preventivos en sus familias, barrios y entornos escolares.

La prevención es responsabilidad de todos. Celebremos la vida sin pólvora y cuidemos nuestra salud y la de quienes más queremos; la pólvora no es alegría, es peligro. ¡Di NO a la pólvora y SÍ a la vida!”

FOTOGRAFIAS:



DETERMINANTES SOCIALES EN SALUD.

ACTIVIDAD N°21

Realizar 10 acciones informativa para promocionar el sistema general de riesgo laboral

OBJETIVO: Sensibilizar a la comunidad a través de la divulgación de información sobre la importancia de estar afiliado al sistema general de riesgos laborales, con el fin de mejorar su calidad de vida y garantizar el respaldo por parte de una aseguradora de riesgos laborales.

EJECUCION: Realizamos una acciones informativas el día 04 de diciembre del 2025 zona urbana y rural Territorio 5, Micro territorio 15, Municipio la Jagua de Ibirico (Emisora comunitaria La Voz de La Jagua

Para iniciar damos a conocer que la metodología a utilizar para el desarrollo de la actividad es a través de un programa radial desarrollado de la siguiente manera:

- Se realiza una muy buena presentación del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).

El Hospital Jorge Isaac Rincón Torres Y El Plan De Intervenciones Colectivas (PIC), Se preocupa por los problemas de salud que enfrentan los trabajadores informales, Por lo

cual el día de hoy realizamos un programa radial con el fin de promocionar el sistema general de riesgos labores.

- Comenzamos explicando un poco sobre el tema a desarrollar.

El Sistema General de Riesgos Laborales es un conjunto de normas, procedimientos y acciones destinadas a prevenir, proteger y promover la salud y seguridad de los trabajadores en el lugar de trabajo, mediante la identificación y

evaluación de riesgos, la implementación de medidas preventivas y correctivas, la capacitación y formación, y la provisión de beneficios y compensaciones en caso de accidentes o enfermedades laborales, con el fin de garantizar un ambiente laboral seguro y saludable.

Estos conocimientos permiten crear un entorno laboral seguro y saludable, reducir riesgos y mejorar la calidad de vida de los trabajadores.

- Luego sugerí algunos consejos y recomendaciones:

Recomendaciones para los empleadores:

- "Implementa un plan de seguridad y salud en el trabajo que se adapte a las necesidades de tu empresa."
- "Proporciona a tus trabajadores los elementos de protección personal necesarios para realizar su trabajo de manera segura."
- "Capacita a tus trabajadores en materia de seguridad laboral y promueve una cultura de prevención."
- "Realiza inspecciones y auditorías regulares para identificar y controlar los riesgos en el lugar de trabajo."

FOTOGRAFIAS:



DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

ACTIVIDAD N° 22

Realizar 8 acciones de información en salud sobre la importancia en el cuidado del entorno, manejo de aguas residuales, excretas y residuos sólidos, para la mitigación o prevención de la contaminación ambiental.

OBJETIVO: Realizar acciones de información en salud a la comunidad en general sobre la importancia del cuidado del entorno manejo de aguas residuales, excretas y residuos sólidos, para la mitigación de la contaminación ambiental y daños a la salud.

EJECUCION: Realizamos una actividad informativa el día 05 de diciembre 2025 – Zona Rural de La Jagua de Ibirico. Territorio del 1 al 11, Micro territorio del 1 al 43 del Municipio de La Jagua de Ibirico-cesar.

La presente actividad se llevó a cabo mediante difusión de la información por medio de un espacio radial. Ya que mediante este medio se logra divulgar la información de manera amplia; en este espacio radial se informó a la comunidad sobre la importancia en el cuidado del entorno, manejo de aguas residuales, excretas y residuos sólidos.

Por lo tanto, se realiza una muy buena presentación del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), dando a conocer nuestro programa y el alcance que tiene.

A continuación, se procede a detallar la información a manera de conversatorio con ayuda del locutor, con el fin de que sea más didáctica la entrega de la información, además de captar la atención de los oyentes.

1. Cuidado del entorno

- El medio ambiente sano es fundamental para una vida saludable y sostenible.
- Proteger nuestro entorno es responsabilidad de todos: pequeños cambios generan grandes impactos.
- La conservación de los recursos naturales asegura bienestar para las generaciones presentes y futuras.
- La contaminación ambiental afecta la salud, el agua, los alimentos y la biodiversidad.

2. Manejo de aguas residuales

- Las aguas residuales deben tratarse antes de ser vertidas a ríos o mares, para evitar enfermedades y daños al ecosistema.
- El uso de tecnologías simples y sostenibles para tratar aguas residuales protege el medio ambiente y la salud.
- Evita lanzar aceites, productos químicos o basura en el drenaje: cada acción cuenta.
- El reúso seguro de aguas residuales tratadas puede ayudar en la agricultura y conservación del agua.

3. Manejo de excretas

- Un manejo adecuado de excretas previene la transmisión de enfermedades como diarreas, cólera o hepatitis.
- El acceso a baños seguros y su mantenimiento es clave para la dignidad y la salud pública.
- Las excretas pueden convertirse en abono si se gestionan adecuadamente (compostaje, biodigestores).
- La higiene de manos tras usar el baño es una barrera efectiva contra muchas enfermedades.

4. Manejo de residuos sólidos

- Reducir, reutilizar y reciclar son prácticas clave para disminuir la contaminación por residuos sólidos.
- Separar los residuos en orgánicos e inorgánicos facilita su tratamiento y reciclaje.

REGISTRO FOTOGRAFICOS



DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD

ACTIVIDAD N° 23

Realizar nueve (9) acciones de información en salud dirigidas a gestantes orientadas a la promoción de la práctica de la lactancia materna exclusiva de niños y niñas menores de 6 meses y adecuado inicio de la alimentación complementaria.

OBJETIVO: Promocionar por medio de un perifoneo la lactancia materna exclusiva de niños y niñas menores de 6 meses e informar sus beneficios

EJECUCION: Realizamos un perifoneo informativo el día 02 de Diciembre de 2025 – Zona urbana, , territorio 5, micro territorio 15, barrio Las Malvinas, las Malvinas , La Jagua de Ibirico, Cesar

Con el fin de informar a la población de mujeres gestantes en La Jagua de Ibirico sobre la lactancia materna exclusiva, se lleva a cabo un espacio radial con el fin de llegar a todas las mujeres gestantes y lactantes para promocionar la información de manera mucho más amplia, logrando un impacto significativo.

Teniendo en cuenta la temática, se informa sobre la importancia y los beneficios de la lactancia materna exclusiva, comunicando que al implementarla hay:

Maximización de beneficios: La lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida maximiza los beneficios para el bebé y la madre.

Apoyo al sistema inmunológico: La leche materna proporciona al bebé un sistema inmunológico fuerte y saludable.

Por otro lado, dentro de los beneficios para el bebé están:

1. Nutrición óptima: La leche materna proporciona todos los nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo del bebé.
2. Protección contra enfermedades: La leche materna contiene anticuerpos que protegen al bebé contra enfermedades infecciosas.
3. Fomento del desarrollo cerebral: La lactancia materna ha sido asociada con un mejor desarrollo cerebral y cognitivo en los bebés.

Continúo hablando sobre los beneficios para la madre los cuales son:

- Recuperación posparto: la succión ayuda a que el útero regrese más rápido a su tamaño normal, reduciendo el sangrado.
- Protección contra enfermedades: disminuye el riesgo de cáncer de mama, cáncer de ovario y la osteoporosis.
- Ahorro económico y práctico: la leche siempre está lista, a la temperatura adecuada y sin costo.
- También les informo sobre unas recomendaciones importantes, les menciono que la leche materna se puede dar a libre demanda (cada vez que el bebé quiera, de día y de noche). También que, durante los primeros 6 meses, no ofrecer teteros, chupos o agua; Después que cumpla los 6 meses sí se puede iniciar la alimentación complementaria adecuada, sin embargo, la lactancia continúa opcionalmente hasta los 2 años o más.

FOTOGRAFIAS:



PERSONAL DE LA SALUD

ACTIVIDAD N°24

Realizar dieciocho (18) jornadas Educativas (9 por dos ciclos) sobre el Sistema General de Riesgos Laborales, promoción de la afiliación, y entornos laborales saludables dirigidos a la trabajadora informal en el área urbana o rural.

OBJETIVO: Realizar Jornada de educación sobre el sistema general de riesgos laborales, promoción de la afiliación y entornos laborales saludables dirigidos a los trabajadores informales en el área urbana o rural, con el fin de promover y mejorar las condiciones de salud de los trabajadores.

EJECUCION; Realizamos dos actividades informativas en salud el día 02 de diciembre del 2025 Territorio 3, Micro territorio 7 Municipio la Jagua de Ibirico (Barrio la florida - HOTEL COLONIAL BAPA

La presente actividad se realiza con la finalidad de lograr un impacto positivo en los trabajadores informales del municipio de La Jagua De Ibirico – Cesar. Con el fin de promover: El sistema general de riesgos laborales, promoción de la afiliación y entornos laborales saludables.

Tema N ° 17

Promoción de la actividad física.

Siguiendo nuestro cronograma dimos inicio al decimoséptimo encuentro con la población a intervenir el día 02 de diciembre del 2025 a las 2:00 PM.

Proceso que se realizó de la siguiente manera:

- Se realiza una muy buena presentación del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), dando a conocer nuestro programa y el alcance que tiene.
- Comenzamos la actividad educando sobre ¿Qué es la actividad física?

La actividad física es cualquier movimiento del cuerpo que genere gasto de energía. No solo incluye el ejercicio estructurado (como trotar, ir al gimnasio o practicar deportes), sino también actividades cotidianas como caminar, subir escaleras, agacharse correctamente, estirar el cuerpo o cargar objetos de forma segura.

Seguidamente explicamos algunos ejemplos de actividad física diaria:

- ☐ Caminar a paso moderado.
- ☐ Realizar estiramientos al iniciar el día.
- ☐ Hacer pausas activas en el trabajo.
- ☐ Movilidad de articulaciones (cuello, hombros, muñecas, rodillas).
- ☐ Labores del hogar o trabajo manual.

- Seguidamente hablamos sobre la importancia de la actividad física.

Promover la actividad física es fundamental porque contribuye a la salud física, mental y emocional. Para cualquier trabajador —formal o informal— la práctica regular de movimiento mejora su bienestar general y reduce riesgos asociados a su labor.

Seguidamente explicamos algunos beneficios principales:

- Para la salud física.
 - ☐ Mejora la fuerza muscular y la flexibilidad.
 - ☐ Reduce dolores de espalda, cuello y articulaciones.
 - ☐ Previene enfermedades como hipertensión, diabetes y obesidad.
 - ☐ Disminuye la fatiga corporal durante la jornada laboral.
- Para la salud mental.
 - ☐ Reduce el estrés y la ansiedad.
 - ☐ Mejora el estado de ánimo.
 - ☐ Aumenta la energía y sensación de bienestar.
- Para prevenir riesgos laborales.
 - ☐ Disminuye el riesgo de lesiones por esfuerzo físico.

- ☐ Favorece una mejor postura.
- ☐ Ayuda a mantener un cuerpo preparado para tareas repetitivas o pesadas.
- Luego realizamos algunas recomendaciones prácticas para promover la actividad física, estas recomendaciones se pueden aplicar durante la actividad laboral o cotidiana como fueron:
 - Realizar pausas activas: Cada 2–3 horas, podemos realizar estiramientos de: Cuello, Hombros, Espalda, Piernas y Muñecas, con una duración promedio de 3 a 5 minutos.
 - Caminar diariamente: Al menos 20–30 minutos al día a ritmo moderado.
 - Mantener posturas adecuadas: Evitar estar de pie o sentado durante tiempos prolongados, No encorvar la espalda y Cambiar de postura con frecuencia.
 - Calentamiento antes del trabajo físico: Movilidad articular básica durante 3–5 minutos: Rotación de hombros, Flexo-extensión de rodillas, Movimiento de tobillos y Estiramiento de brazos.
 - Actividades recreativas semanales: Fomentar deportes, bicicleta, caminatas grupales o baile como opciones accesibles.
 - Seguidamente procedimos a explicar como se deben realizar algunos ejercicios para las pausas activas como fueron: Movilidad de cuello, Estiramientos de espalda, Elevación de brazos y Flexión de piernas.

Acta N °18

Fomento de la cultura de la seguridad.

Siguiendo nuestro cronograma continuamos con el decimoctavo y ultimo encuentro con la población a intervenir el día 02 de diciembre del 2025 a las 4:00 PM.

Proceso que se realizó de la siguiente manera:

- Se desarrolla la intervención sobre el proceso de educación al personal sobre el tema: Fomento de la cultura de la seguridad.
- Comenzamos la actividad realizando una introducción sobre que es la cultura de la seguridad.

La cultura de la seguridad se refiere al conjunto de hábitos, comportamientos, creencias y prácticas que las personas adoptan para proteger su salud e integridad en el trabajo.

En el caso de los trabajadores de la economía popular, es fundamental desarrollar una cultura de seguridad, ya que muchas de sus actividades no cuentan con supervisión, equipos adecuados o condiciones laborales reguladas.

Promover esta cultura permite reducir riesgos, evitar accidentes, mejorar el autocuidado y fortalecer la responsabilidad individual y colectiva frente a la protección de la salud.

- Luego explicamos de forma más detallada ¿Qué significa cultura de la seguridad?

Es la forma en que las personas piensan, sienten y actúan frente a los riesgos,

Esto incluye la capacidad de:

- ☐ Reconocer peligros en su entorno laboral.
- ☐ Adoptar hábitos de autocuidado.
- ☐ Tomar decisiones seguras.
- ☐ Usar herramientas o equipos de protección adecuados.
- ☐ Prevenir situaciones que puedan generar accidentes o lesiones.
- ☐ La cultura de la seguridad no depende solo de normas, se construye día a día, con pequeñas acciones que protegen la vida.

- Seguidamente hablamos sobre la importancia para los trabajadores informales adoptar una cultura de seguridad.

Es muy importante que los trabajadores adopten una cultura de seguridad debido en que su actividad laboral suele desarrollarse en contextos sin regulaciones, supervisión o condiciones adecuadas de protección. Esto aumenta la exposición a riesgos físicos, ambientales y ergonómicos que pueden generar accidentes, lesiones o enfermedades. Al incorporar una cultura de seguridad, los trabajadores fortalecen el autocuidado, identifican peligros con mayor facilidad y toman decisiones más seguras en su jornada diaria. Esto no solo reduce incidentes y protege su salud, sino que también les permite mantener su capacidad productiva, garantizar la continuidad de sus ingresos y mejorar su bienestar general. Una cultura de seguridad se convierte así en una herramienta esencial para trabajar de forma más segura, saludable y sostenible.

- Luego explicamos cuales son los principales componentes de la cultura de la seguridad.
- El autocuidado: es la base fundamental de la seguridad, este consiste en que cada persona evalúe los riesgos de sus propias actividades, utilice elementos de protección básicos, evite conductas que puedan poner en peligro su integridad y esté atenta a las señales de fatiga o agotamiento. Adoptar hábitos de autocuidado permite prevenir accidentes, mantener el bienestar y asegurar una jornada laboral más segura y saludable.
 - Reconocimiento del riesgo: Consiste en identificar de manera oportuna los peligros presentes en el entorno laboral que pueden afectar la salud y el bienestar de las personas trabajadoras. Este proceso permite anticipar situaciones que puedan generar accidentes o enfermedades, facilitando la toma de decisiones informadas y la implementación de medidas preventivas.

La presente actividad se realiza con la finalidad de lograr un impacto positivo en los trabajadores informales del municipio de La Jagua De Ibirico – Cesar. Con el fin de promover: El sistema general de riesgos laborales, promoción de la afiliación y entornos laborales saludables.

La temática desarrollada es: Fomento de la cultura de la seguridad.

Siguiendo nuestro cronograma continuamos con el decimoctavo y ultimo encuentro con la población a intervenir el día 02 de diciembre del 2025 a las 4:00 PM.

Proceso que se realizó de la siguiente manera:

- Se desarrolla la intervención sobre el proceso de educación al personal sobre el tema: Fomento de la cultura de la seguridad.
- Comenzamos la actividad realizando una introducción sobre que es la cultura de la seguridad.

La cultura de la seguridad se refiere al conjunto de hábitos, comportamientos, creencias y prácticas que las personas adoptan para proteger su salud e integridad en el trabajo.

En el caso de los trabajadores de la economía popular, es fundamental desarrollar una cultura de seguridad, ya que muchas de sus actividades no cuentan con supervisión, equipos adecuados o condiciones laborales reguladas.

Promover esta cultura permite reducir riesgos, evitar accidentes, mejorar el autocuidado y fortalecer la responsabilidad individual y colectiva frente a la protección de la salud.

- Luego explicamos de forma más detallada ¿Qué significa cultura de la seguridad?

Es la forma en que las personas piensan, sienten y actúan frente a los riesgos,

Esto incluye la capacidad de:

- ☐ Reconocer peligros en su entorno laboral.
- ☐ Adoptar hábitos de autocuidado.

- ☐ Tomar decisiones seguras.
- ☐ Usar herramientas o equipos de protección adecuados.
- ☐ Prevenir situaciones que puedan generar accidentes o lesiones.
- ☐ La cultura de la seguridad no depende solo de normas, se construye día a día, con pequeñas acciones que protegen la vida.
 - Seguidamente hablamos sobre la importancia para los trabajadores informales adoptar una cultura de seguridad.

Es muy importante que los trabajadores adopten una cultura de seguridad debido en que su actividad laboral suele desarrollarse en contextos sin regulaciones, supervisión o condiciones adecuadas de protección. Esto aumenta la exposición a riesgos físicos, ambientales y ergonómicos que pueden generar accidentes, lesiones o enfermedades. Al incorporar una cultura de seguridad, los trabajadores fortalecen el autocuidado, identifican peligros con mayor facilidad y toman decisiones más seguras en su jornada diaria. Esto no solo reduce incidentes y protege su salud, sino que también les permite mantener su capacidad productiva, garantizar la continuidad de sus ingresos y mejorar su bienestar general. Una cultura de seguridad se convierte así en una herramienta esencial para trabajar de forma más segura, saludable y sostenible.

- Luego explicamos cuales son los principales componentes de la cultura de la seguridad.
- El autocuidado: es la base fundamental de la seguridad, este consiste en que cada persona evalúe los riesgos de sus propias actividades, utilice elementos de protección básicos, evite conductas que puedan poner en peligro su integridad y esté atenta a las señales de fatiga o agotamiento. Adoptar hábitos de autocuidado permite prevenir accidentes, mantener el bienestar y asegurar una jornada laboral más segura y saludable.
- Reconocimiento del riesgo: Consiste en identificar de manera oportuna los peligros presentes en el entorno laboral que pueden afectar la salud y el bienestar de las personas trabajadoras. Este proceso permite anticipar situaciones que puedan generar accidentes o enfermedades, facilitando la toma de decisiones informadas y la implementación de medidas preventivas.

Comprender los factores que pueden generar daño, evaluarlos y mantenerse alerta frente a cambios en las condiciones de trabajo es fundamental para reducir la exposición y promover ambientes laborales más seguros.

- Uso correcto de elementos de protección personal (EPP): El uso adecuado de los elementos de protección personal es una medida fundamental para reducir la exposición a riesgos y prevenir lesiones o afectaciones a la salud. Estos elementos deben seleccionarse según el tipo de actividad realizada, ajustarse correctamente al cuerpo y mantenerse en buen estado para garantizar su efectividad. Adoptar el hábito de utilizarlos de manera constante, junto con una adecuada limpieza, revisión periódica y reemplazo cuando sea necesario, contribuye significativamente a la creación de entornos laborales más seguros y a la protección individual en diferentes tareas.
- Buenas prácticas laborales: Implementar buenas prácticas laborales es esencial para prevenir incidentes y promover un entorno de trabajo saludable. Mantener el orden y la limpieza, adoptar posturas adecuadas y realizar pausas activas favorece el bienestar físico y mental. Del mismo modo, utilizar herramientas y equipos de forma segura, evitar esfuerzos excesivos y mantenerse hidratado contribuyen a reducir la fatiga y mejorar el rendimiento. Estas acciones simples fortalecen la seguridad y apoyan una jornada más eficiente y segura.
- Actitud preventiva: Adoptar una actitud preventiva significa anticiparse a los riesgos antes de que se materialicen. Implica planear adecuadamente las tareas, reflexionar antes de realizar cualquier acción que pueda generar peligro y evaluar las condiciones del entorno y del propio cuerpo para evitar esfuerzos innecesarios.

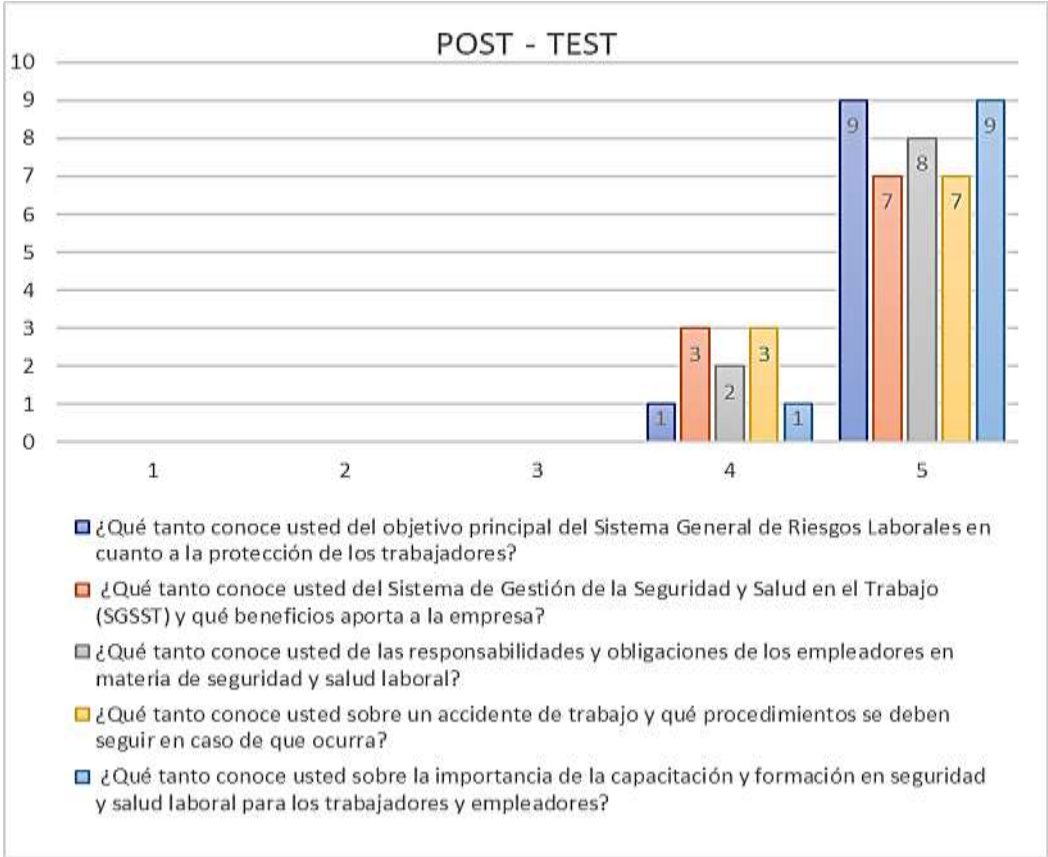
Tomar decisiones orientadas a la seguridad, incluso si requieren más tiempo, fortalece la protección personal y contribuye a desarrollar hábitos que reducen la probabilidad de incidentes.

- Seguidamente realizamos una conclusión sobre los temas tratados.

Fomentar la cultura de la seguridad en los trabajadores de la economía popular es una estrategia clave para proteger su salud y bienestar, especialmente en actividades con alto nivel de exposición a riesgos.

A través de la educación, el autocuidado y la adopción de buenas prácticas, es posible prevenir accidentes, fortalecer la protección individual y crear entornos de trabajo más seguros, incluso en contextos de informalidad.

- Por último, procedimos a realizar el post-test a los participantes.



- Los resultados del post-test muestran que los participantes adquirieron un alto nivel de comprensión sobre los principales temas del sistema general de riesgos laborales, promoción de la afiliación, y entornos laborales saludables. Se evidenció claridad en aspectos como el propósito del sistema, las responsabilidades de empleadores, la importancia de la capacitación y los procedimientos ante accidentes. En general, los participantes demostraron una apropiación adecuada de los contenidos, reflejando la efectividad del proceso educativo.

REGISTRO FOTOGRAFICO



PUEBLOS Y COMUNIDADES ÉTNICAS Y CAMPESINAS, MUJERES, SECTORES LGBTIQ+ Y OTRAS POBLACIONES POR CONDICIÓN Y/O SITUACIÓN

ACTIVIDAD N° 25

Realizar dieciocho (18) acciones educativas (9 por dos ciclos) en derechos sexuales y reproductivos.

OBJETIVO: Fomentar la participación activa, generar confianza grupal, romper el hielo y comenzar a introducir el tema desde la vivencia personal.

EJECUCION: Realizamos dos actividades educativas el día 04 de Diciembre 2025— Zona urbana, Territorio 5, Micro territorio 12 La jagua de ibirico, Barrio centro, CDI niños triunfantes durant

ACTA N °17

La actividad inició con una **dinámica rompehielo “¿Qué cambia y qué permanece?”**. La dinámica consistió en que cada participante recibiera una tarjeta con dos instrucciones:

- **En un lado**, escribir un cambio físico, emocional o social que hayan experimentado en los últimos años.
- **En el otro lado**, escribir un aspecto personal que consideran que no ha cambiado (valor, gusto, rasgo de personalidad).

Posteriormente, los participantes caminaron por el salón y compartieron sus tarjetas con diferentes compañeros. La actividad permitió:

- Generar confianza y apertura entre los participantes.
- Reconocer que el desarrollo humano es un proceso continuo de transformaciones.
- Introducir, de manera sencilla y significativa, el tema de cómo los derechos sexuales y reproductivos acompañan esos cambios.

El rompehielo favoreció un clima emocional positivo, facilitando la participación y la disposición para el análisis reflexivo.

Después del rompehielo, los participantes fueron organizados en grupos para construir una línea del tiempo que abarca las etapas del desarrollo humano: infancia, pubertad, adolescencia, juventud y adultez. Cada grupo debía:

1. Identificar los principales cambios físicos, emocionales y sociales de la etapa asignada.
2. Relacionar dichos cambios con los derechos sexuales y reproductivos, tales como:
 - Derecho a recibir educación sexual integral.
 - Derecho a la autonomía corporal y al consentimiento.
 - Derecho al acceso a servicios de salud sexual y reproductiva.
 - Derecho a la información científica y libre de prejuicios.
 - Derecho a una vida libre de violencia y discriminación.
 - Derecho a decidir sobre la reproducción.

Durante el desarrollo de la actividad, se generaron reflexiones significativas. Se destacó que:

- Los derechos sexuales y reproductivos no se limitan a la adolescencia, sino que están presentes desde la infancia, con el derecho a recibir orientación adecuada a cada edad.
- El consentimiento fue identificado como un pilar fundamental del respeto interpersonal y la autonomía.
- Se resaltó la importancia del acceso a información confiable para evitar riesgos como embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual y situaciones de violencia.
- Los participantes reconocieron que estos derechos promueven el bienestar, la igualdad y la protección frente a cualquier forma de vulneración.

El trabajo colaborativo permitió integrar conocimientos, compartir experiencias y fortalecer el análisis crítico

ACTA N° 18

La actividad inició con una **dinámica rompehielo “Verdadero o Falso Exprés”**, en el cual el facilitador presentó afirmaciones rápidas relacionadas con mitos y realidades de la sexualidad, tales como:

- “El consentimiento solo se da una vez.”
- “La educación sexual es únicamente para adolescentes.”
- “Los derechos sexuales aplican solo a las mujeres.”

Los participantes debían moverse hacia un lado del salón si consideraban que era **verdadero**, y hacia el lado contrario si consideraban que era **falso**. Este ejercicio permitió:

- Diagnosticar ideas previas y creencias erróneas.
- Activar la participación y la atención del grupo.
- Introducir el tema desde una perspectiva reflexiva y dinámica.
- Conectar la actividad rompehielo con los conceptos que luego serían profundizados en la trivia.

Desarrollo de la Actividad: “Trivia de Derechos Sexuales”

La trivia se desarrolló en equipos. Cada grupo respondió preguntas relacionadas con los derechos sexuales y reproductivos en categorías como:

- **Autonomía y consentimiento.**
- **Salud sexual y reproductiva.**
- **Acceso a la información.**
- **Prevención de violencias.**
- **Diversidad y no discriminación.**
- **Educación sexual integral.**

Las preguntas fueron diseñadas para evaluar y fortalecer conocimientos, promover el análisis crítico y desmontar ideas falsas.

Durante la actividad se evidenció:

- Altos niveles de motivación y participación.
- Cooperación entre compañeros para argumentar cada respuesta.
- Interés genuino por comprender conceptos como el consentimiento, la igualdad, la libertad reproductiva, el acceso a la salud y la importancia de relaciones respetuosas.
- Un ambiente de respeto donde los participantes expresaron opiniones, dudas y comentarios sin temor a ser juzgados.

El carácter lúdico de la trivia permitió que temas complejos fueran abordados de manera ligera, comprensible y cercana, facilitando el aprendizaje significativo.

Conclusiones

- Los participantes reforzaron su comprensión de que los derechos sexuales y reproductivos son **universales, innegociables y esenciales para el bienestar humano**.
- La actividad permitió reconocer la importancia del consentimiento, la autonomía, la igualdad y el acceso a información confiable como pilares de una vida sexual sana y responsable.
- La trivia facilitó el aprendizaje colaborativo mediante el juego, promoviendo la participación activa y la reflexión crítica.
- Se identificaron dudas importantes que fueron aclaradas, fortaleciendo la educación sexual integral desde una perspectiva de derechos.

POST-TEST

Posteriormente, se procedió con la aplicación de un pretest, compuesto por cinco preguntas de selección múltiple, diseñado para conocer el nivel de comprensión de los actores sobre los derechos sexuales y reproductivos. Este instrumento permitió identificar los conocimientos previos del grupo frente a la temática.

PREGUNTA	CORRECTAS	INCORRECTAS	PORCENTAJE CORRECTO
1	11	0	100%
2	11	0	100%
3	11	0	100%
4	11	0	100%
5	11	0	100%

- Dominio total del tema: Todos los participantes respondieron correctamente a todas las preguntas, lo que indica un conocimiento sólido previo sobre derechos sexuales y reproductivos.
- Baja utilidad diagnóstica del pretest: No se identificaron brechas de conocimiento, por lo que este instrumento no permitió detectar áreas de refuerzo necesarias

REGISTROS FOTOGRAFICOS



ATENCION PRIMARIA

ACTIVIDAD N° 26

Realizar dieciocho (18) acciones educativas (9 por dos ciclos) sobre las vacunas, los beneficios de la vacunación, aclarar mitos, falsas creencias y conocimiento de cuidados adecuados pos-vacunación,

OBJETIVO:. Promover el conocimiento y la conciencia comunitaria sobre la importancia de la vacunación,

EJECUCION: Realizamos una actividades educativas el día 5 de diciembre del 2025, Rural, Territorio 17, Micro territorio 63 Barrio francisco Gómez corregimiento la palmita Municipio la Jagua de Ibirico.

La presente actividad de La jornada educativa inició con una breve bienvenida de parte del Hospital Jorge Isaac Rincón Torres del convenio del Plan de intervenciones colectivas (PIC).

Posteriormente se realizó una dinámica sobre el conocimiento que tienen sobre las vacunas

ACTA 18:

Mitos y creencias sobre las vacunas:

Los mitos sobre vacunas no son nuevos: aparecieron desde la primera vacuna contra la viruela en 1796.

Factores que favorecen su aparición:

- Desconfianza en instituciones

En poblaciones con experiencias previas de abusos médicos o desigualdad, la desconfianza se transforma en resistencia a la vacunación.

- Psicomitología

El cerebro humano tiende a preferir explicaciones simples, emocionales y coherentes, incluso si son falsas. Esto favorece narrativas de conspiración.

- Sobrecarga informativa (infodemia)

En contextos con exceso de información, la capacidad de discriminar fuentes confiables se reduce, permitiendo que se difundan mitos virales.

2 Mitos desde un punto de vista inmunológico

Mito: "Las vacunas sobrecargan el sistema inmunológico"

Realidad científica avanzada:

- El sistema inmune humano puede responder a **miles** de antígenos simultáneamente.
- Las vacunas modernas contienen *muchos menos* antígenos que las vacunas antiguas.
- La estimulación inmune causada por una infección natural es **muchísimo mayor** que la de cualquier vacuna.

Estudios cuantitativos estiman que un niño podría enfrentarse teóricamente a **10 000** vacunas a la vez sin saturar su inmunidad, debido a la redundancia de linfocitos y vías de activación.

Realidad avanzada:

- El ARNm **no entra al núcleo** donde está el ADN, permanece en el citoplasma.
- El ARNm se degrada en pocas horas por ribonucleasas celulares.
- Para integrarse al ADN, necesitaría enzimas como transcriptasa inversa e integrasa, que **no existen** en las vacunas de ARNm.

Esta idea surge por confusiones con retrovirus como VIH, pero su biología es completamente distinta.

Mito: "Los adyuvantes como el aluminio son tóxicos"

Realidad avanzada:

- Los adyuvantes de aluminio (hidróxido o fosfato de aluminio) actúan creando un depósito local que optimiza la respuesta inmune.
- La cantidad en una vacuna es típicamente **menos de 0.5 mg**, mucho menor que la que ingerimos con alimentos o el ambiente.
- El aluminio inyectado se libera lentamente y se excreta principalmente por vía renal.

4. Riesgos reales vs percibidos

Riesgos percibidos

Los humanos tienden a sobreestimar riesgos nuevos o poco comprendidos, y a subestimar riesgos familiares.

Por ejemplo:

- Una fiebre postvacunal ligera se percibe como peligrosa.
- El riesgo de complicaciones graves por enfermedades como sarampión se minimiza.

Riesgos reales

- Los efectos adversos graves de las vacunas son **extraordinariamente raros** (del orden de 1 por millón).
- En contraste, las enfermedades prevenibles tienen tasas de complicaciones que van de 1% a 30%

5. Por qué los mitos persisten aunque se desmientan

- Sesgo de confirmación

Las personas buscan información que apoye lo que ya creen.

- Efecto rebote

A veces, al desmentir un mito de manera frontal, este puede fortalecer la creencia de la persona si se siente atacada.

- Marcos narrativos atractivos

Los mitos son historias simples, intuitivas y emocionales, mientras que la ciencia es compleja y requiere contexto.

6. Mitos actuales según regiones

- En América Latina: desconfianza institucional, miedo a “experimentos”, difusión mediante WhatsApp.
- En EE.UU. y Europa: movimientos antivacunas organizados, politización sanitaria.
- En países asiáticos: percepción de riesgo baja debido al éxito en el control de enfermedades, lo que reduce la motivación para vacunarse.

7. Cómo combatir mitos desde un enfoque avanzado Estrategias basadas en evidencia:

- Inoculación cognitiva: exponer a las personas a versiones debilitadas de los mitos para que desarrollen resistencia mental.
- Comunicación empática: escuchar primero preocupaciones personales antes de corregir información.
- Uso de narrativas: contra-mensajes en forma de historias reales de personas afectadas por enfermedades prevenibles.
- Confianza en mensajeros locales: líderes comunitarios, profesionales de salud cercanos, no solo autoridades nacionales.

8 Conclusión

Los mitos sobre vacunas no son solo errores de información: resultan de **factores psicológicos, sociales, tecnológicos, inmunológicos y culturales**.

Para abordarlos eficazmente es necesario combinar **comunicación científica, empatía y análisis crítico**, no solo datos técnicos.

FOTOGRAFIAS



DETERMINANTES SOCIALES EN SALUD

ACTIVIDAD N°27

Realizar 8 acciones de información en salud para prevención de conductas suicidas

OBJETIVO: Orientar y sensibilizar a la comunidad urbana sobre la importancia de la promoción de la salud mental y cuidado emocional a través de un programa radial que tiene como propósito.

EJECUCION: Se realizó una actividad el día 10 de diciembre del 2025 actividad de información en salud para la promoción de la salud mental y cuidado emocional para la comunidad del municipio de la Jagua de Ibirico a través de un perifoneo que tiene como objetivo.

Desarrollar Habilidades para la Prevención y la Intervención: Capacitar a la comunidad en la identificación de señales de alerta y comportamientos de riesgo suicida, así como en la implementación de medidas preventivas y de intervención temprana. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.

Seguidamente se da inicio al perifoneo que tiene como objetivo sensibilizar y educar sobre la importancia del amor por la vida, resaltando que los problemas emocionales tienen soluciones, y juntos podemos salir adelante.

Se le comunica a la comunidad en general que en estos últimos tiempos después de la pandemia la salud mental, se ha visto afectada en nuestro contexto de ahí parte que se ha venido manejando muchos estereotipos que han silenciado a las personas a poder asistir y acudir a buscar ayuda y las herramientas para tener una salud mental equilibrada.

Posteriormente se explica sobre las enfermedades mentales donde se ofreció un esclarecimiento detallado sobre las más comunes, incluyendo trastornos de depresión, del estado de ánimo, trastornos de ansiedad y esquizofrenia. Se destacó la importancia de la detección temprana y el tratamiento basado en evidencia, así como la reducción del estigma asociado a la salud mental.

La jornada fue exitosa en cuanto a la participación y el interés de la comunidad, se logró difundir información clave sobre la salud mental y el cuidado emocional. Se acordó continuar con estas iniciativas educativas y buscar nuevas formas de involucrar a la comunidad en estos temas importantes.

REGISTROFOTOGRAFICO:



DETERMINANTES SOCIALES EN SALUD

ACTIVIDAD N°28

Realizar 5 acciones de información en salud para promoción de la actividad física

OBJETIVO: Promover la práctica regular de actividad física en la población para mejorar la salud integral, prevenir enfermedades crónicas no transmisibles y fomentar hábitos de vida activos que contribuyan al bienestar físico, mental y social.

EJECUCION: La presente actividad de información en salud se realizó el 4 de diciembre del 2025 TERRITORIO 5 MICROTERRITORIO 20 VILLACHELSY con la finalidad de lograr un impacto positivo en la comunidad del Municipio de la Jagua de Ibirico. En cuanto que la actividad física es considerada uno de los pilares fundamentales de la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Su práctica regular, organizada y adaptada a cada grupo poblacional, no solo contribuye al bienestar físico, sino también al equilibrio mental, emocional y social de las personas.

Para iniciar damos a conocer que la metodología a utilizar para el desarrollo de la actividad es a través de un perifoneo desarrollado de la siguiente manera:

Se realizó el perifoneo sobre el tema: Información en Salud para Promoción de la Actividad Física

Se llevo a cabo el día 4 de diciembre del 2025.

Enfatizamos que para el desarrollo del perifoneo divulgamos la siguiente información sobre los temas seleccionados para la misma.

El Hospital Jorge Isaac Rincón Torres Y El Plan De Intervenciones Colectivas (PIC),

Promociona actividades físicas con el fin de mejorar la calidad de vida y condiciones de salud, por tal razón el de hoy tremós las siguientes recomendaciones:

- Realizar ejercicio por la mañana, incorporar al menos 30 minutos de actividad física moderada a la rutina diaria como trotar o caminar.
- Mantener una alimentación balanceada y variada todos los días, adoptar una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, granos integrales, proteínas maras y grasas saludables, es fundamental para mantener una buena salud.
- Utilizar la bicicleta como medio de ejercicio o trasporte de forma regular, Además de sus beneficios físicos, ayuda a reducir el estrés mejora el estado de ánimo.
- Practicar natación, es un ejercicio completo que trabaja todo el cuerpo, mejora la capacidad cardiovascular y fortalece músculos sin generar impacto en las articulaciones. Es ideal para persona de todas las edades y condiciones físicas, especialmente para quienes buscan una actividad de bajo riesgo de lesiones.

Todo esto con el fin de disminuir afectaciones en su salud y obtener beneficios como:

- Adoptar buenos hábitos y aumentar practicas saludables en la vida diaria.
- Contribuye significativamente al equilibrio físico y mental.
- Fortalece el bienestar integral y ayuda a prevenir diversas enfermedades.

REGISTRO FOTOGRAFICO



ATENCION PRIMARIA

ACTIVIDAD N° 29

Realizar 18 acciones de educacion en salud (9 x 2) para educar en la tenencia responsable de animales de compañía, para la prevencion de la agresion animal.

OBJETIVO: Garantizar el bienestar, crecimiento y desarrollo óptimo de los animales de compañía, mediante una dieta que cubra sus necesidades nutricionales, fortalezca su sistema inmune, prevenga enfermedades y contribuya a una convivencia sana y responsable con la familia y la comunidad.

EJECUCION : Realizamos 1 actividades de educacion en salud el días 5 de diciembre de 2025 actividades– Zona Rural, Territorio 17, Micro territorio 63 corregimiento de La Palmita Barrio Francisco Gómez (La Palmita Cesar). Municipio La Jagua de Ibirico.

La presente actividad se realiza con la finalidad de lograr un impacto positivo en la comunidad del Centro de vida mis años dorados La Palmita, en cuanto a prácticas de tenencia responsable de animales de compañía y Educación en Salud en prevención de la agresión animal, La tenencia responsable de animales de compañía consiste en asumir con compromiso los cuidados físicos, emocionales y sociales que requieren las mascotas durante toda su vida.

ACTA 18:

Se desarrolló esta actividad y está dirigida a la **población adulta mayor** y tiene como propósito brindar a los cuidadores las herramientas, conocimientos y habilidades necesarias para comprender el comportamiento animal, con el fin de favorecer un manejo adecuado, seguro y ético que promueva el bienestar integral de los animales a su cuidado

Seguidamente se explicaron los beneficios y las herramientas, conocimientos y habilidades necesarias para comprender el comportamiento animal, con el fin de favorecer un manejo adecuado, seguro y ético.

Los beneficios que se obtienen con este objetivo son los siguientes:

1- Mejora del bienestar animal

- Los cuidadores reconocen signos de estrés, dolor, miedo o incomodidad.
- Se reduce la probabilidad de causar daño físico o emocional al animal.
- Se favorecen entornos más tranquilos, seguros y enriquecidos.

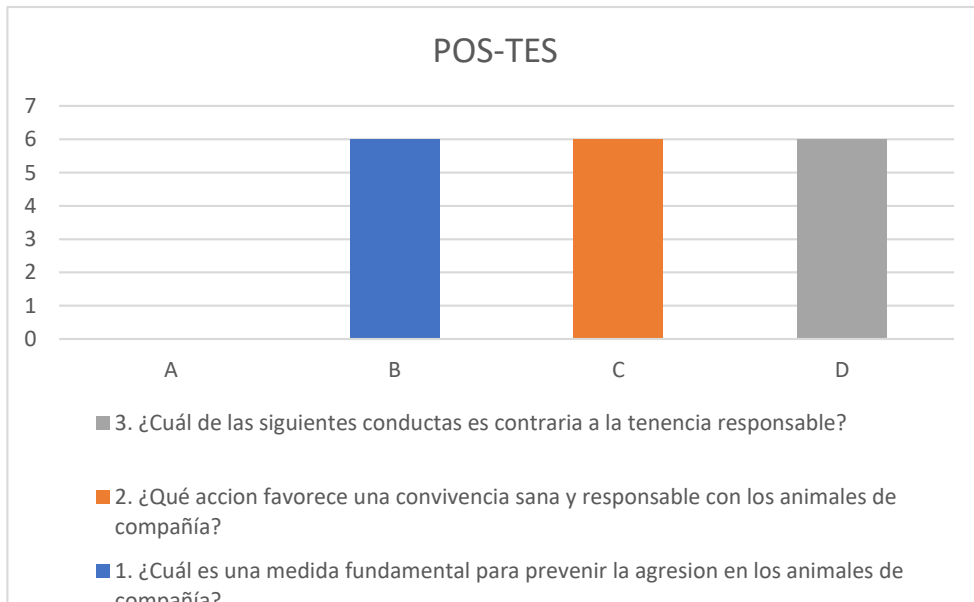
2- Manejo más seguro para cuidadores y animales

- Disminuyen los accidentes, mordeduras, arañazos o situaciones de agresión.
- Los cuidadores aprenden a leer señales de advertencia y actuar de forma preventiva.
- Se mejora la confianza entre cuidador y animal

Por último, enfatizamos en una conclusión

Brindar a los cuidadores las herramientas, conocimientos y habilidades necesarias para comprender el comportamiento animal es fundamental para garantizar un manejo adecuado, seguro y ético. Al fortalecer su capacidad de interpretar las señales y necesidades de los animales, se promueve no solo la prevención de riesgos y la mejora en la calidad de las interacciones, sino también un mayor bienestar integral en cada individuo bajo su cuidado. De esta manera, se construye un entorno de respeto, confianza y responsabilidad que beneficia tanto a los cuidadores como a los animales, elevando los estándares de cuidado y fomentando prácticas más humanas y profesionales.

ENTREGA DEL POST – TEST EVALUATIVO



Conclusión Grafico

El análisis del pos-test revela que la mayoría de los participantes respondió correctamente las preguntas clave relacionadas con la tenencia responsable, la convivencia sana y la prevención de conductas agresivas en animales de compañía. Las tres preguntas obtuvieron resultados muy parejos, lo que sugiere que los contenidos se asimilaron de manera equilibrada y que no hubo áreas de mayor dificultad. Esto demuestra que la intervención fue efectiva para fortalecer los conocimientos fundamentales sobre bienestar animal y responsabilidad en el cuidado.

FOTOGRAFIAS:



ATENCION PRIMARIA

ACTIVIDAD N° 30

Realizar 18 acciones de educación en salud (9 x 2) para educar a gestantes y lactantes sobre la lactancia materna, y la alimentación complementaria

OBJETIVO: Reconocer la importancia de la lactancia materna para la salud de la madre y el bebé, identificando los beneficios nutricionales inmunológicos y afectivos

EJECUCION: Realizamos 1 actividades de educación en salud el día 2 de diciembre del 2025– Zona Rural, Territorio 17, Micro territorio 63 corregimiento de La Palmita (centro de salud la palmita)

ACTA 18:

El taller inició con una dinámica rompehielos denominada “**Mi momento favorito con mi bebé**”, donde las participantes compartieron un recuerdo significativo o un momento que esperan vivir durante la maternidad en relación con la alimentación de sus hijos. Esta actividad permitió crear un ambiente de confianza y apertura, facilitando la conexión emocional entre las madres y destacando la importancia de que la alimentación también pueda convertirse en un espacio de disfrute, calma y afecto.

A continuación, se desarrolló la actividad “**¿Qué hace agradable un momento?**”, mediante la ejecución de esta se construyó colectivamente un listado de elementos que pueden generar bienestar durante la alimentación. Las madres identificaron que un ambiente tranquilo, la postura cómoda, la paciencia, el contacto visual y las caricias contribuyen a que el bebé reciba la comida o la leche materna en un entorno afectivo

que lo hace sentir seguro y confiado. De igual forma, reconocieron que situaciones como los afanes, los regaños, las distracciones y la tensión emocional pueden alterar al bebé y volver la alimentación un momento estresante.

Posteriormente, se realizó la actividad “**Así sí / Así no: alimentación respetuosa**”, en la cual se analizaron diferentes situaciones cotidianas que ocurren durante la alimentación. Esta actividad permitió profundizar de manera muy descriptiva en las acciones apropiadas e inapropiadas:

-  Acciones apropiadas reconocidas por las participantes:
- Hablarle al bebé con suavidad antes de iniciar la alimentación, para que sienta cercanía y seguridad.
 - Sostenerlo con firmeza pero con delicadeza, buscando una postura cómoda tanto para él como para la madre.
 - Hacer contacto visual y acariciarle suavemente la espalda o las manos durante la lactancia o la comida, como una forma de transmitir calma.
 - Tomarse el tiempo necesario, sin afanes ni interrupciones, permitiendo que el bebé marque su propio ritmo.
 - Crear un ambiente tranquilo, evitando ruidos fuertes y distracciones, incluyendo el uso del celular, la televisión.
 - Respetar cuando el bebé se detiene, mira hacia otro lado o se muestra inquieto, entendiendo que estos comportamientos pueden indicar cansancio o necesidad de pausa.

Estas acciones fueron asociadas con una alimentación afectiva que fortalece el vínculo, transmite seguridad y convierte el momento en una experiencia positiva para ambos.

-  Acciones inapropiadas identificadas:
- Forzar al bebé a comer cuando gira la cabeza, llora o intenta alejarse.
 - Elevar el tono de voz, regañarlo o mostrar irritación cuando no quiere continuar comiendo.
 - Introducir la cuchara en la boca del bebé sin esperar a que él la abra voluntariamente.
 - Alimentarlo en un ambiente con música muy alta, discusiones, televisión encendida o múltiples distractores que generan tensión.
 - Manipular el cuerpo del bebé de manera brusca o moverlo abruptamente para “que coma rápido”.
 - Presionar al niño a terminar toda la comida aun cuando deja señales claras de incomodidad.

Las madres reflexionaron sobre cómo estas prácticas no solo generan estrés y rechazo, sino que también afectan el vínculo y la percepción del bebé sobre la alimentación.

Para concluir el taller del día de hoy, cada participante compartió la rutina que, a partir de este taller, se propone implementar con su bebé incorporando las prácticas positivas trabajadas durante la sesión. La mayoría expresó que incluirá acciones como buscar un espacio cómodo y tranquilo, cantarle suavemente al bebé, realizar respiraciones profundas antes de iniciar la alimentación y fomentar el contacto piel a piel para transmitir seguridad y aumentar la sensación de calma durante este momento.

Finalmente, para cerrar el ciclo de acciones de educación en salud, se aplicó un **post-test sobre lactancia materna** a las madres gestantes y lactantes participantes, con el fin de evaluar los conocimientos adquiridos durante el desarrollo de las actividades. El cual consto de 6 preguntas:

Análisis

PREGUNTA	TOTAL. MADRES	R/TA CORRECTAS	R/TA INCORRECTAS	% CORRECTO	% INCORRECTO
1	11	11	0	100,00%	0,00%
2	11	11	0	100,00%	0,00%
3	11	8	3	72,73%	27,27%
4	11	11	0	100,00%	0,00%

5	11	11	0	100,00%	0,00%
6	11	11	0	100,00%	0,00%

El post-test se aplicó a un total de 11 madres gestantes y lactantes participantes del ciclo de acciones educativas. Los resultados evidencian un adecuado nivel de comprensión de los temas abordados durante las sesiones, reflejando la efectividad de las actividades desarrolladas.

En la pregunta 1, la totalidad de las madres (100%) respondió correctamente, lo cual demuestra claridad en los conceptos fundamentales evaluados. De igual forma, las preguntas 2, 4, 5 y 6 obtuvieron un desempeño del 100% de respuestas correctas, indicando que los contenidos asociados a estas temáticas fueron comprendidos y asimilados plenamente.

La pregunta 3 presentó el menor porcentaje de acierto, con un 72,73% de respuestas correctas y un 27,27% de respuestas incorrectas. Este resultado sugiere que el contenido evaluado en esta pregunta requiere ser reforzado en futuras intervenciones educativas, ya sea mediante aclaraciones adicionales, actividades prácticas o estrategias didácticas que permitan mejorar la comprensión.

En general, los resultados del post-test muestran un alto nivel de aprendizaje logrado, evidenciado en el predominio de respuestas correctas en la mayoría de los ítems evaluados. Esto refleja la efectividad del proceso educativo y el compromiso de las madres participantes en la apropiación de prácticas adecuadas para la lactancia materna.

FOTOGRAFIAS :



ATENCION PRIMARIA

ACTIVIDAD N° 31

Realizar 9 acciones de Educacion en salud sobre los cuidados de la salud en la en el ciclo de vida (Adolescencia).

OBJETIVO: Disminuir el riesgo de la conducta Suicida en los adolescentes del grado 6 de la jornada mañana de la institución educativa la libertad

EJECUCION: Realizamos una actividades de educacion en salud el dia 12 de diciembre del 2025 Territorio 9 Microterotorio 37, Centro educativo San Antonio Sede La libertad. Municipio la jagua de Ibirico cesar.

En la institución educativa la libertad se llevó a cabo una Educación en salud sobre los cuidados de la salud en el ciclo de vida (Adolescencia) **actividad formativa dirigida a los adolescentes de la institución**, con el objetivo concientizar a los adolescentes sobre sus emociones, manejar el estrés, **identificar señales de ansiedad, depresión o conductas autolesivas.**

ACTA: 9

La jornada inició con una breve bienvenida y dinámica de integración para generar un ambiente de confianza. Se les pregunta a los estudiantes ¿ Como amarecieron hoy? ¿Cómo se siente hoy? Se arranca definiéndoles sobre que es la salud mental: La salud mental es el estado de bienestar emocional, psicológico y social que afecta cómo

pensamos, sentimos y actuamos, ayudando a manejar el estrés y tomar decisiones. Es crucial en todas las etapas de la vida e influye en cómo nos relacionamos con los demás y afrontamos los desafíos diarios, trabajando de forma productiva y contribuyendo a la comunidad.

Seguidamente se les explica a los estudiantes los Componentes de la salud mental:

- **Bienestar emocional:** La capacidad de sentir y expresar emociones de manera saludable.
- **Bienestar psicológico:** Implica el autoconocimiento, el sentido de identidad y la capacidad de tomar decisiones por uno mismo.
- **Bienestar social:** La habilidad para establecer relaciones significativas y contribuir a la comunidad.

Les informo que la salud mental es importante porque:

- **Define cómo pensamos, sentimos y actuamos:** Influye en nuestra perspectiva de la vida y la forma en que reaccionamos a situaciones.
- **Ayuda a manejar el estrés:** Permite afrontar las presiones normales de la vida de forma efectiva.
- **Facilita las relaciones interpersonales:** Mejora la comunicación y el establecimiento de vínculos saludables con otras personas.
- **Permite trabajar productivamente:** Fomenta la capacidad de realizar actividades de forma eficaz y fructífera.

Les presento los factores que la afectan:

- **Factores biológicos:** Cambios en la neuroanatomía y la neuroplasticidad.
- **Factores psicológicos:** La forma en que manejamos los pensamientos y emociones.
- **Factores sociales:** El apoyo social, el acceso a la educación, el empleo y la seguridad en la comunidad.

Luego le explicamos a los estudiantes sobre la importancia de priorizar nuestra salud mental y como ella afecta nuestro estado emocional cuando no le damos la importancia a tiempo.

Seguidamente le explicamos a los adultos mayores sobre La depresión es un trastorno del estado de ánimo caracterizado por una tristeza persistente, pérdida de interés, y síntomas físicos y cognitivos que interfieren con la vida diaria. Factores como el aislamiento, la pérdida de seres queridos, enfermedades crónicas,

Síntomas de la depresión en los adolescentes: Los síntomas pueden variar y a veces, no son solo tristeza. Se pueden incluir:

- **Cambios en el estado de ánimo:** Tristeza persistente, desesperanza, culpa, inutilidad o pérdida de interés en actividades placenteras.
- **Síntomas físicos:** Fatiga, problemas para dormir (insomnio o dormir demasiado), pérdida de apetito o cambios en él, y dolores físicos como dolores de cabeza o problemas digestivos.
- **Cambios cognitivos:** Dificultad para concentrarse, recordar o tomar decisiones.

- **Pensamientos de muerte o suicidio:** En los casos más severos.

Factores de riesgo:

REGISTRO FOTOGRAFICO



ATENCION PRIMARIA

ACTIVIDAD N° 32

Realizar 18 acciones de Educación en salud sobre los cuidados de la salud en la en el ciclo de vida (Vejez).

OBJETIVO: Promover el conocimiento y la conciencia comunitaria sobre la importancia de la vacunación en los adultos mayores

EJECUCION: Realizamos 2 actividades educativas los días 11 Diciembre del 2025, Rural, Zona Rural, Territorio 18 , Micro territorio 66 Barrio centro La victoria de San Isidro- Centro de vida adulto mayor.

La presente actividad de La jornada educativa inició con una breve bienvenida de parte del Hospital Jorge Isaac Rincón Torres del convenio del Plan de intervenciones colectivas (PIC).

Tema 18:

Se realiza acciones educación en salud en el centro de vida de la victoria de San Isidro presentamos a los adultos mayores el tema a tratar, Promover el envejecimiento activo y saludable así como el respeto a sus derechos, a través de la información sensibilización y capacitación de la población en general. incluyendo a las personas mayores, sus familias y cuidadores, así como a profesionales y líderes comunitario.

Comenzamos explicando a los adultos mayores sobre El autocuidado y la participación social son cruciales para mantener la autonomía, prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida, implicando hábitos saludables como dieta equilibrada, ejercicio, sueño adecuado y actividad mental, además de conectar con otros para combatir la soledad y mantener una buena salud mental y física. Estos hábitos optimizan el bienestar físico, mental y social, extendiendo la vida activa y productiva en la vejez, un concepto clave del envejecimiento activo promovido por la OMS.

- **Físico:** Alimentación rica en frutas, verduras y agua, ejercicio adaptado (caminar, bailar), descanso adecuado (7+ horas), y seguimiento médico/medicación.
- **Mental/Emocional:** Mantener la mente activa con juegos, lectura; gestionar el estrés; y tener una actitud positiva.
- **Social:** Cultivar buenas relaciones familiares y amistades, pedir ayuda, participar en grupos comunitarios, y evitar el aislamiento.
- **Autonomía:** Usar dispositivos de apoyo (bastones, gafas) para seguir con las rutinas diarias y sentirse capaz.

Participación Social:

- **Beneficios:** Reduce el aislamiento, mejora la satisfacción vital, disminuye síntomas de depresión y fomenta la autonomía.
- **Actividades:** Voluntariado, grupos de arte, educación, ocio, y actividades intergeneracionales para contrarrestar el edadismo.

Importancia de hábitos saludables:

- **Prevención:** Reduce el riesgo de enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión) y caídas.
- **Bienestar:** Fortalece la autoestima, mejora la función cognitiva y física, y permite disfrutar la vejez con plenitud.
- **Empoderamiento:** Da control sobre la propia salud y bienestar, permitiendo tomar decisiones vitales.

Seguidamente el respeto a los derechos de los adultos mayores es crucial para su bienestar, dignidad, autonomía y participación social combatiendo la discriminación y promoviendo una vida plena; mientras que la inclusión de la familia y cuidadores es fundamental, ya que forman la red de apoyo principal, ofreciendo afecto, compañía y un cuidado más integral, previniendo el aislamiento y la sobrecarga del cuidador, y fortaleciendo la calidad de vida del mayor.

Relevancia del respeto a los derechos de las personas adultas mayores

- **Dignidad y autonomía:** Garantiza que sean tratados con respeto, valorando su trayectoria y permitiéndoles decidir sobre sus vidas, fomentando la independencia.
- **Combate la discriminación:** Es esencial para erradicar estereotipos y prejuicios que los invisibilizan y limitan su participación en la sociedad.
- **Bienestar y salud:** Un trato digno y el respeto a sus derechos, como el derecho a la participación, reducen el riesgo de depresión, aislamiento y maltrato, mejorando su salud física y mental.
- **Valor social:** Reconoce su aporte cultural y social, promoviendo una sociedad intergeneracional más inclusiva y solidaria.

Inclusión de la familia y cuidadores en el acompañamiento

- **Red de apoyo fundamental:** La familia es el pilar para el adulto mayor, proporcionando afecto, compañía y apoyo, elementos vitales para su felicidad y calidad de vida.
- **Mejora la calidad de vida:** Un acompañamiento familiar activo previene la soledad, reduce la depresión y les ayuda a sentirse útiles y valorados.
- **Fomenta el envejecimiento activo:** Involucrar a la familia en actividades y aprendizajes nuevos mantiene al adulto mayor motivado y participa en su desarrollo.

- **Cuida al cuidador:** La corresponsabilidad familiar y el apoyo a los cuidadores (familiares o no) es crucial para evitar el agotamiento físico y emocional, asegurando un cuidado sostenible y de calidad.
- **Implementación efectiva:** Implica educar a la familia, crear espacios de interacción intergeneracional, reconocer las capacidades del mayor y gestionar recursos para todos, como lo promueven leyes y políticas de cuidado.

REGISTRO FOTOGRAFICO



1. CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES LEGALES:

Se verificó el cumplimiento del pago de aportes a la seguridad social (Salud, Pensión y Riesgos Laborales) correspondiente al periodo laborado por el contratista.

SEGURIDAD SOCIAL HOSPITAL JORGE ISAAC RINCON TORRES DICIEMBRE DEL 2025.

IBC PENSION	\$94,301,506
IBC SALUD	\$ 96,965,177
SALUD	\$12,121,8
PENSION	\$15,489,200
RIESGOS	\$2,362,900
CAJA COMPENSACION FAMILIAR	\$ 3,880,000
PARAFISCALES	\$ 4,850,600
Nº DE PLANILLA	9495978208

AVANCE EN TIEMPO

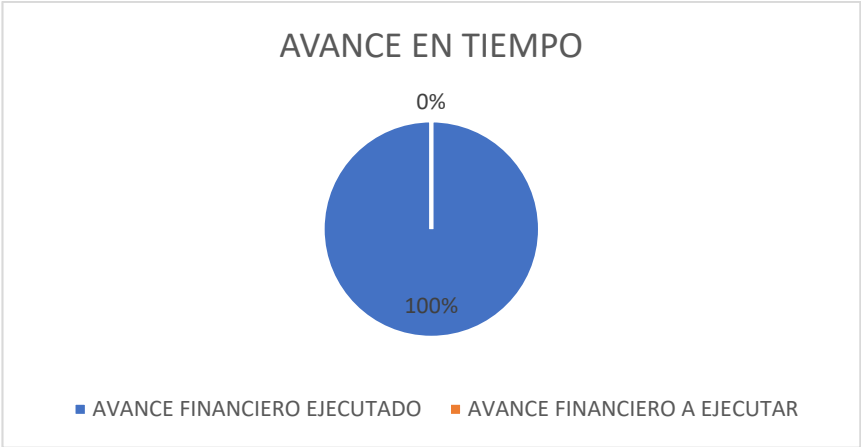
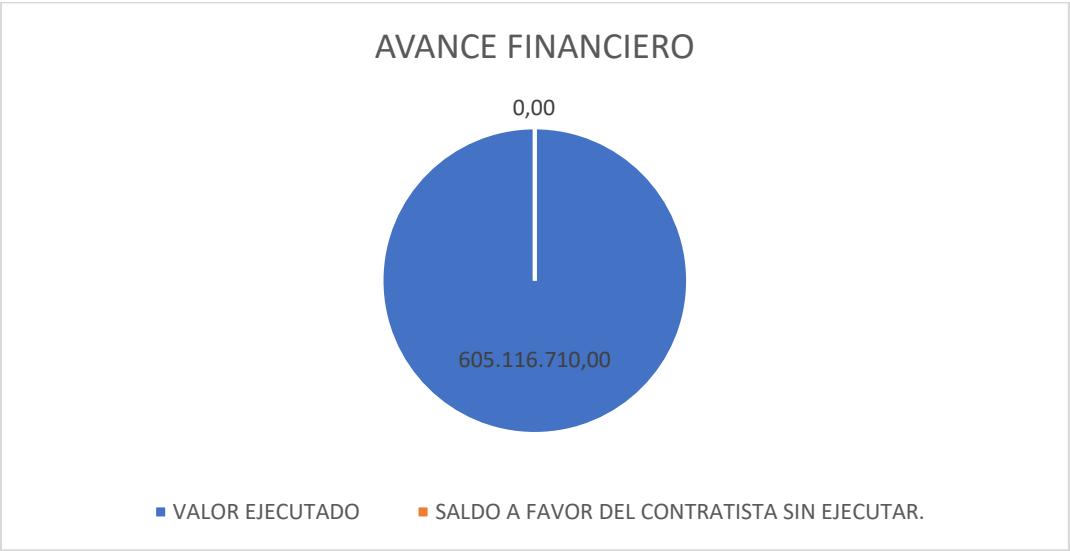


TABLA DE AVANCE FINANCIERO

CONCEPTO	VALOR	FECHA DE EGRESO	%
VALOR TOTAL DEL CONVENIO	\$ 605.116.710	NA	100 %
PRIMER PAGO PERIODO UNO (1)	\$55.921.803.09	NA	9.24%
SEGUNDO PAGO PERIODO DOS (2)	\$52.571.961.84	NA	8.68%
TERCER PAGO PERIODO TRES (3)	\$ 45.357.373,94	NA	7.49%
CUARTO PAGO PERIODO CUARTO (4)	\$ 55.303.526,98	NA	9.13%
QUINTO PAGO PERIODO QUINTO (5)	\$ 55.802.155,74	NA	9.22%
SEXTO PAGO PERIODO SEXTO (6)	\$152.562.842,71	NA	25.21%
SEPTIMO PAGO PERIODO SEPTIMO (7)	\$78.563.699.60	NA	12.99%
OCTAVO PAGO PERIODO OCTAVO (8)	\$64.075.033.96	N/A	10.58%
NOVENO PAGO PERIODO NOVENO (9)	\$ 44.958.312.14	NA	7.43%
VALOR AUTORIZADO DEL PRESENTE INFORME (9)	\$ 44.958.312.14	N/A	7.43%
SALDO A FAVOR DEL CONTRATISTA		NA	



CERTIFICACION DE CUMPLIMIENTO

De acuerdo a la información anteriormente suministrada como ejecutor certifico que durante el **PERIODO N°9** comprendido del **14 DE NOVIEMBRE AL 14 de DICIEMBRE DEL 2025** se cumplió a satisfacción las actividades objetos del convenio con las obligaciones pactadas, se cumplió el pago del sistema de seguridad social en salud. Por lo anterior se requiere el pago correspondiente al periodo N° 9 relacionado por un valor de **CUARENTA Y CUATRO MILLONES NOVECIENTOS CINCUENTA Y OCHO MIL TRESCIENTOS DOCE CON CATORCE CENTAVOS."** (\$ 44.958.312 ,14)

ANEXOS:

Cuenta de cobro y/o factura
Documentación del representante legal.
Informe de actividades por ejes estratégicos
Fotografías
Planillas de Asistencias
Seguridad social.
Parafiscales



YESENIA HERNANDEZ HERNANDEZ
GERENTE HOSPITAL JORGE ISAAC RINCÓN TORRES