ALCALDÍA DE PASTO	PROCESO CONTRATACIÓN			
	NOMBRE DEL FORMATO **INFORME ACTIVIDADES DE CONTRATISTAS**			
	FECHA 10_feb_25	**VERSIÓN** 03	**CÓDIGO** co_f_070	**PÁGINA** 1 de 1

Fecha de presentación del informe	**Día**	**Mes**	**Año**	**Informe Nº**	**Período de Informe**						
					Día	**Mes**	**Año**	a	**Día**	**Mes**	**Año**
	04	12	2025	1	02	10	2025		04	12	2025

Contrato No.20254232

Contratista:ERIKA TATIANA ROMERO SALOMÓN

Tema del Informe: Presentación del Informe del contrato 20254232
El contratista se compromete con el municipio de pasto a prestar los servicios del plan de relajamiento integral, dentro del plan de bienestar social estímulos e incentivos de año 2025 en la modalidad de monto agotable, de conformidad con las especificaciones técnicas determinadas, sg-th.logis21

Tipo de Informe: Parcial		**Tipo de Informe:** Final	**X**

Descripción del Informe de Actividades

Durante la ejecución del contrato de Terapia de Relajamiento Integral, se garantizó un desarrollo operativo organizado, eficiente y conforme a las condiciones pactadas en la Invitación Pública **IP-2025-102** y en el Contrato **No. 20254232** dirigida a **994 usuarios** de la **Alcaldía de Pasto**. El servicio se prestó bajo altos estándares de calidad y en estricto cumplimiento de los protocolos establecidos por el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) de la Alcaldía de Pasto.

En promedio, se atendió a **20 usuarios por día**, de lunes a viernes en horarios de 8:00 a.m. a 12:00 m y de 2:00 pm a 6:00 p.m. y sábados de 8:00 a.m. a 1:00 p.m. y ocasionalmente se ocupó el día sábado en jornada de la tarde, teniendo en cuenta la solicitud del usuario, lo que permitió desarrollar la actividad de manera continua, ordenada y con tiempos adecuados para cada participante, evitando congestiones y asegurando una experiencia personalizada. Cada usuario recibió una atención completa con una duración pactada de **2 horas por sesión**, tiempo que fue respetado y supervisado en todas las jornadas programadas.

Para garantizar la adecuada prestación del servicio, se dispuso de **personal capacitado, apto y certificado**, incluyendo profesionales en las áreas requeridas. Todo el equipo humano cumplió con los requisitos exigidos por parte de la Alcaldía.

Asimismo, todas las actividades se desarrollaron bajo el estricto cumplimiento de los **protocolos de bioseguridad**, garantizando ambientes higiénicos, desinfección frecuente, uso de elementos de protección personal y manejo adecuado de zonas húmedas, equipos terapéuticos y áreas de atención. Esto permitió que la prestación del servicio se realizara en condiciones seguras tanto para los usuarios como para el

equipo de trabajo.

En conjunto, el desarrollo operativo del programa evidencia que el servicio se brindó con eficiencia, profesionalismo y apego a los lineamientos contractuales, contribuyendo de manera significativa al bienestar físico y emocional de los funcionarios participantes.

A continuación, se presenta el protocolo que se llevó a cabo con los usuarios

DESCRIPCIÓN DE LA TERAPIA

La Terapia de Relajamiento Integral proporcionada a los servidores públicos fue diseñada como una experiencia completa de bienestar físico y mental, orientada a reducir los niveles de estrés laboral, mejorar el estado de ánimo y promover hábitos saludables en el marco del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) en cumplimiento a todas las cláusulas establecidas en el contrato.

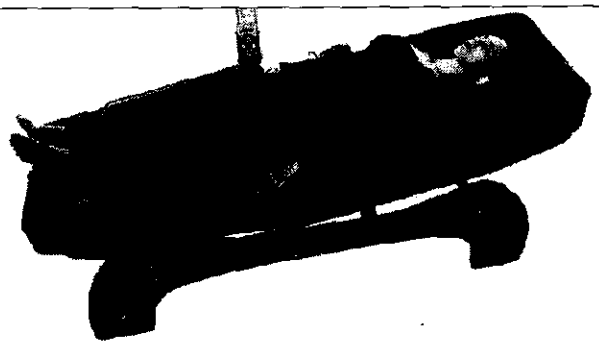
La actividad constó de una **sesión estructurada por etapas**, desarrollada en un entorno controlado y propicio para la relajación. El proceso terapéutico incluyó:

1. **Masaje relajante completo**



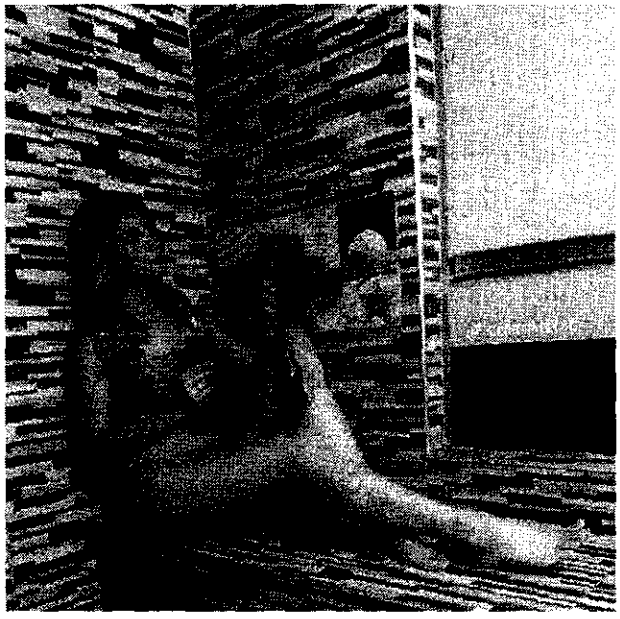
Los participantes iniciaron con un masaje corporal integral aplicado por personal capacitado, empleando técnicas profesionales destinadas a aliviar tensiones musculares, mejorar la circulación periférica y generar una sensación inmediata de bienestar físico.

2. **Camilla con piedras de jade**



Posteriormente, los usuarios recibieron terapia en una camilla equipada con piedras de jade térmicas. Esta tecnología proporciona calor profundo y vibración suave, favoreciendo la relajación muscular, alineación de la columna, activación de puntos energéticos y reducción del dolor lumbar o cervical.

3. **Baño turco (terapia de vapor)**



Como tercer paso, los usuarios ingresaron al baño turco, espacio que favorece la relajación profunda gracias al vapor caliente, el cual ayuda a abrir los poros, favorecer la desintoxicación natural del cuerpo y reducir el estrés físico y mental.

4. **Exfoliación corporal**



Luego de la terapia de vapor, se realizó una exfoliación corporal completa que ayuda a suavizar la piel, estimular la circulación sanguínea y complementar el proceso de limpieza profunda iniciado en el baño turco.

Posteriormente, el paciente recibió un baño en la cabina de Hidromasajes aportando múltiples beneficios terapéuticos al combinar chorros de agua a presión y temperatura controlada, favoreciendo la relajación muscular, la mejora de la circulación sanguínea y linfática, y el alivio de dolores corporales como tensión lumbar, cervical o contracturas. Esta técnica también contribuye a la reducción del estrés, estimula la eliminación de toxinas y promueve un estado de bienestar físico y emocional, complementando de manera integral el proceso de relajamiento ofrecido a los funcionarios.

5. **Reflexología en hombros y pies (con masajeador eléctrico)**





Complementando el masaje corporal, se aplicó una fase de reflexología que

incluyó estimulación en puntos estratégicos de hombros, plantas de los pies y zona del arco. Para ello se empleó un masajeador eléctrico que genera vibración rítmica, contribuyendo a mejorar la circulación, liberar tensión acumulada y promover una sensación de ligereza y descanso profundo.



6. **Snack saludable de frutas**

La experiencia finalizó con una porción de frutas frescas, ofrecida como snack saludable. Este cierre permitió a los participantes recuperar energía, hidratarse y complementar la jornada de autocuidado con una alternativa nutritiva.

En conjunto, la Terapia de Relajamiento Integral fue concebida como una intervención saludable e integral, orientada a promover el autocuidado, reducir tensiones asociadas a la actividad laboral y fortalecer el bienestar general de los funcionarios de la Alcaldía de Pasto resultado de esto, se evidencia en el anexo 1 (Análisis de encuestas – Terapia de Relajamiento Integral – Cepromedic).

Conclusiones y Recomendaciones del Supervisor y/o Interventor

Nota: (en caso de presentar anexos con el informe enúncielos y adjúntelos a este documento)

- Certificación pago de cuentas. (1 folio)
- Informe de actividades (3 folios).
- Constancia copia del pago de salud y pensión. (1 folio)
- Pago de estampillas. (1 folio)
- Certificación de cuenta bancaria. (1 folio)

Contratista	**Firma**
ERIKA TATIANA ROMERO SALOMÓN	