DIAN

DOCUMENTO SOPORTE EN ADQUISICIONES EFECTUADAS A NO OBLIGADOS A FACTURAR

Representación Gráfica

Datos del documento

Código único de documento soporte - CUDS:

7348e830a72a5a8cbd6be5ad55e98c9a2d69d85e1be24ea4650f85c0489ab65388516af4e8a577c1844da5e39f978817

Número de documento:	DSE421	**Forma de pago:**	Contado
Fecha de generación:	27/01/2026	**Medio de pago:**	Instrumento no definido
Fecha de vencimiento:	27/01/2026	**Orden de compra:**	
		Fecha de orden de compra:	

Datos del adquiriente

Razón social:	EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO HOSPITAL INTEGRADO SAN JUAN DE DIOS DE BARICHARA		
NIT del adquiriente:	890202002	**Régimen fiscal:**	O-49 No responsable de IVA
Tipo de contribuyente:	Persona Jurídica y asimiladas	**Responsabilidad tributaria:**	01 IVA

Datos del vendedor

Razón social:	KATHALINA ANGARITA PARRA		
Tipo de documento:	NIT	**Procedencia:**	Residente
Número de documento:	1005340072	**País:**	Colombia
Tipo de contribuyente:	Persona Natural y asimiladas	**Departamento:**	Santander
Régimen fiscal:	R-99-PN No aplica – Otros	**Municipio/Ciudad:**	Bucaramanga
Responsabilidad tributaria:	ZZ No aplica	**Dirección:**	CALLE 28 # 31-63 APTO 1808 BARRIO AURORA

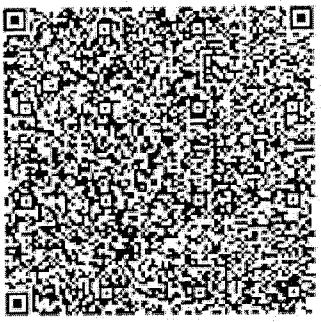
Detalles de productos

								IMPUESTOS			Forma de Generación y Transmisión	Fecha de compra
Nro.	Código	Descripción	U/M	Cantidad	Precio unitario	Descuento detalle	Recargo detalle	IVA	%	Valor de Venta por Item		
1	166-2025	CONTRATO 166-2026 PRESTACIÓN SERVICIOS PROFESIONALES MEDICINA PARA LA EJECUCIÓN DE ACCIONES Y ACTIVIDADES CONTEMPLADAS EN EL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC 2025 A EJECUTAR POR PARTE DE LA E.S.E. HOSPITAL INTEGRADO SAN JUAN DE DIOS DE BARICHARA	M4	1,00	1.410.000,00	0,00	0,00			1.410.000,00	Por operación	27/01/2026

Notas finales

18 DE NOVIEMBRE AL 30 DE DICIEMBRE DE 2025

Datos totales



MONEDA	**COP**
TASA DE CAMBIO	1,00

Subtotal	1.410.000,00
Descuento detalle	0,00
Recargo detalle	0,00
Subtotal base gravable	0,00
Total IVA	0,00
Total neto documento (=)	1.410.000,00
Descuento global (-)	0,00
Recargo global (+)	0,00
Total documento (=) COP $	**1.410.000,00**

Documento validado por la DIAN
2026-01-27 19:34:51
Documento generado el:
2026-01-27 19:34:50
Generado por: Solución Gratuita DIAN
Nit: 800197268

Valores informativos

RETENCIONES	
Rte fuente	0,00
Rte IVA	0,00

Número de Autorización: 18764086695777 Rango desde: '1' Rango hasta: '1000' vigencia: '03/01/2027'

INFORME DE ACTIVIDADES UNICO
CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS 166 -2025.

Barichara Santander, 31 de diciembre De 2025.

Doctor:
HENRY GOMEZ PÉREZ.
Gerente
E.S.E. Hospital Integrado San Juan de Dios de Barichara.

ASUNTO: INFORME DE ACTIVIDADES No 001 CONTRATO No 166 -2025.

Cordial Saludo.

KATHALINA ANGARITA PARRA con cedula de ciudadanía No. 1.005.340.072 de Bucaramanga me permito presentar el **INFORME UNICO** de actividades ejecutadas desde el **Noviembre 18 al 30 de diciembre de 2025** en relación al **CONTRATO DE PRESTACION DE SERVICIOS No. 166 -2025** cuyo objeto es **"PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES EN MEDICINA PARA LA EJECUCION DE ACCIONES Y ACTIVIDADES CONTEMPLADAS EN EL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC 2025 A EJECUTAR POR PARTE DE LA E.S.E. HOSPITAL INTEGRADO SAN JUAN DE DIOS DE BARICHARA SANTANDER".**

INFORME No	**001**
No DE CONTRATO/ SUMINISTRO	166- 2025
CONTRATISTA	**KATHALINA ANGARITA PARRA**
No IDENTIFICACIÓN	No. 1.005.340.072 de Bucaramanga.
OBJETO DEL CONTRATO	**"PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES EN MEDICINA PARA LA EJECUCIÓN DE ACCIONES Y ACTIVIDADES CONTEMPLADAS EN EL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC 2025 A EJECUTAR POR PARTE DE LA E.S.E. HOSPITAL INTEGRADO SAN JUAN DE DIOS DE BARICHARA SANTANDER".**
PERIODO:	**18 DE NOVIEMBRE DE 2025 AL 30 DE DICIEMBRE DE 2025**

GRADO DE CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES ESPECÍFICAS:

CTIVIDAD ESTIPULADA EN EL CONTRATO	ACTIVIDAD REALIZADA	EVIDENCIA
A. EL CONTRATISTA se obliga a prestar con absoluta autonomía e independencia y bajo su entera responsabilidad las actividades que se desprendan de la PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES EN MEDICINA PARA LA EJECUCIÓN DE ACCIONES Y ACTIVIDADES CONTEMPLADAS EN EL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC 2025 A EJECUTAR POR PARTE DE LA E.S.E. HOSPITAL INTEGRADO SAN JUAN DE DIOS DE BARICHARA SANTANDER.	Durante el periodo comprendido **18 De Noviembre A 30 De Diciembre 2025** se realizaron actividades PIC según cronograma en las diferentes actividades ya programadas a ejecutar.	Anexo - 01
B. El contratista en su calidad de profesional en Medicina ejecutará las acciones y actividades contempladas en el Anexo Técnico No 01 que hacen parte del Plan de Intervenciones Colectivas PIC 2025.	Durante el periodo comprendido de **18 De Noviembre A 30 De Diciembre,** se realizaron las actividades PIC, como – RBC ,vida saludable y enfermedades no transmisibles-condiciones crónicas prevalentes.	Anexo - 01

C. La ejecución de las acciones y actividades relacionadas en el Anexo Técnico No 01 se desarrollarán de manera eficiente y oportuna de acuerdo al cronograma estipulado en la propuesta, con plena autonomía técnica, económica, administrativa y financiera, y cumpliendo con los requisitos técnicos exigidos.	Durante el periodo comprendido de **18 De Noviembre A 30 De Diciembre,** se realizaron actividades PIC, se presentó cronograma de acuerdo a actividades a ejecutar posterior a la fecha.	Anexo - 01
D. El contratista deberá entregar los informes de ejecución de las Acciones y Actividades contempladas en el Anexo Técnico No 01 en el momento en que sean requeridos por la institución, con evidencia de lo realizado.	Durante el periodo comprendido **18 De Noviembre A 30 De Diciembre,** se realizó la entrega de informes con las actividades al plan de intervenciones colectivas (PIC) vigencia 2025.	N/A
E. Si con ocasión de las visitas y/o actas de Supervisión realizadas por parte del ente territorial éstas realizan exigencias adicionales y/o cambios relacionados a la ejecución de las actividades contratadas Anexo Técnico No 01 y/o con los soportes de su ejecución, el contratista deberá realizar la adecuación y cambio de lo referido en las supervisiones.	Durante el periodo **18 De Noviembre A 30 De Diciembre,** se desarrollaron ajustes a actas de las actividades desarrolladas por indicaciones del ente municipal.	N/A
F. En el evento que por la actividad del contratista se desvíe del cumplimiento del objeto contractual y el cumplimiento de las acciones y/o actividades contratadas según el Anexo Técnico No 01 y por cuya razón algunas acciones y actividades sean descontadas a la E.S.E. de manera definitiva, el contratista asumirá bajo su responsabilidad el porcentaje de la glosa realizada por los entes territoriales, según el valor contratado, para lo cual autoriza a la entidad contratante para que estos le sean descontados de las sumas existentes a su favor.	Durante el periodo comprendido **18 De Noviembre A 30 De Diciembre,** se realizaron actividades PIC, de acuerdo a cronogramas a desarrollar en cada actividad de acuerdo al anexo 01 se asumen las glosas respectivas por las actividades a mención.	N/A
G. Cumplir con los requerimientos de la ESE, de manera oportuna.	Se logro cumplir con los distintos requerimientos y con oportunidad las actividades del anexo 01	N/A
H. Acoger las recomendaciones de la gerencia respecto del proceso contratado.	Se acataron las distintas recomendaciones brindadas por la E.S.E para desarrollar el proceso contratado en la ejecución de las actividades PIC.	N/A
I. Cumplir las obligaciones frente al sistema de seguridad social integral.	Durante el periodo comprendido de realizo pago oportuno a la seguridad social en salud, En los meses a desarrollar las actividades como lo son octubre – noviembre y diciembre.	Anexo 02
J. No acceder a peticiones o amenazas de quienes actúen por fuera de la Ley, con el fin de obligarlos a hacer u omitir algún acto o hecho.	No se presentaron peticiones o amenazas de quienes actúen por fuera de la Ley, con el fin de obligarlos a hacer u omitir algún acto o hecho que interfieran en mi labor contractual.	N/A
K. Cumplir con las actividades propias del objeto contractual de acuerdo con el estudio de necesidad y conveniencia y con la propuesta.	Se cumplió con las actividades propias de ejecución del anexo 01 del PIC.	N/A
L. Acatar las instrucciones que para el desarrollo del contrato le imparta la ESE por conducto de la supervisión.	Se cumplió con las instrucciones del contrato y del supervisor según indicaciones.	N/A

M. Todas aquellas obligaciones inherentes al contrato y necesarias para la correcta ejecución del objeto del mismo.	Se cumplieron con las obligaciones de manera correctas logrando la ejecución de objeto según anexo 01.	N/A

RELACIÓN DE ACTIVIDAD EJECUTADA SEGÚN ANEXO TÉCNICO # 1.

ACTIVIDADES PROGRAMADAS	VALOR DE LA ACTIVIDAD
Implementar la Estrategia de **REHABILITACION BASADA EN COMUNIDAD "RBC"** en el Municipio de Barichara en sus 6 territorios y 23 Microterritorios, en sus diferentes fases: Desarrollo de Capacidades; identificación de personas, familias y cuidadores; Canalización y seguimiento; Información en Salud con enfoque diferencial; Fortalecimiento de las capacidades en los entornos; Visitas Domiciliarias; Creación y fortalecimiento de grupos de Apoyo y ayuda mutua; Intervenciones Breves. Como mínimo 150 personas. Desarrollando acciones que transformen los diferentes entornos hacia la construcción de comunidades más incluyentes, favoreciendo el desarrollo humano y la calidad de vida de todos sus integrantes	$ 390.000
Desarrollar una Estrategia de Información en Salud a través de Diseño, Concertación, Socialización, Ejecución en el 100% de los Microterritorios del Municipio incluyendo sus Instituciones Educativas, Colectivos de Mujeres, para la Conmemoración de la PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS, en el marco de la SEMANA ANDINA DE LA PREVENCIÓN DE EMBARAZO EN ADOLESCENTES", con intervención de docentes, estudiantes, padres de familia, comunidad, enlace de la Mujer, colectivos de mujeres, Iglesias, estado, pares de mujeres, institucionalidad, que incluya diseño estrategia de información paso a paso, actividades lúdicas en forma diaria con cuenteria, cine foros, concursos, bailo terapia, concursos, muestras culturales, stand, sensibilizaciones sobre Tecnologías de la información y la sexualidad, Comunicación y Sexualidad, Sexualidad Digital, Promoción de la Salud mental y la Salud Sexual y Reproductiva entre otras, deben programarse como mínimo 25 actividades durante este m	$ 367.500
Desarrollar una Estrategia de Información en Salud a través de Diseño, Concertación, Socialización, Ejecución y duración mínima cada una 5 horas, en temáticas de VIDA SALUDABLE Y ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES-CONDICIONES CRÓNICAS PREVALENTES, para ejecutarlas en el II trimestre (1), III Trimestre (3); IV Tri (1), de preferencia los fines de semana, en los territorios M1,M3, M4. M5, Micorterritorios :M102; M104; M416; M519:M311-12, Veredas CARARE; REGADILLO; SANTA HELENA, SALITRE; GUAYABAL, con intervención de colectivos de mujeres, microempresarios, agricultores, Hogares ICBF, Fundación Cristo REY, víctimas del Conflicto Armado, comunidad, Juntas de Acción Comunal y fuerzas Vivas del municipio, Iglesias, que incluya diseño estrategia de información paso a paso, actividades lúdicas, sensibilizaciones en temas de promoción de la actividad Física, Cesación del Consumo del Tabaco y sus derivados, Alimentación Saludable, Enfermedades Coronarias, Enfermedades Crónicas, Salud Bucal, concursos.	$ 465.000
Implementar en el Municipio la CONFORMACION Y FORTALECIMIENTO DE REDES FAMILIARES, COMUNITARIAS Y SOCIALES, dirigida las personas que han sido Diagnosticadas con Enfermedad de Hansen y TUBERCULOSIS, pctes con egreso del programa, contactos, familia, comunidades y redes, en el 100% de los Territorios del Municipio de Barichara y sus 23 microterritorios realizando una alta Focalización en PINO- CHAGUETE- GUANE-SANTA HELENA Y PARAMITO, con el fin de desarrollar relaciones, interacciones y capacidades permitiendo la comprensión de sus realidades y construir lazos de cooperación.	$ 187.500
TOTAL	**$ 1.410.000**

RELACIÓN DE ANEXOS DE CORREOS ELECTRONICOS ENTRE SECRETARIA DE SALUD Y DESARROLLO DE EJECUCION DE ACTIVIDADES PIC – 2025.

ANEXO 1.

- Soportes De La Actividad De RBC.
- Soportes De La Actividad De Semana Andina.
- Soportes De La Actividad Actividad Vida Saludable Y Enfermedades No Transmisibles – Condiciones Crónicas No Prevalentes.
- Soportes De La Actividad de conformación de redes familiares y comunitarias y sociales.

ANEXO 2.

- Pago de seguridad social de mes de noviembre Y Diciembre

RELACIÓN DE PAGOS A LA SEGURIDAD SOCIAL Y APORTES PARAFISCALES

ÍTEM	NO PLANILLA	PERÍODO DE PAGO	FECHA DE PAGO	VALOR PAGADO
PENSION	35289138	2025-11	03/12/2025	704.000
SALUD	35289138	2025-11	03/12/2025	550.000
RIESGOS LABORALES	35289138	2025-11	03/12/2025	107.200
PARAFISCALES	N/A	N/A	N/A	N/A
TOTAL				$ 1.361.200

ÍTEM	NO PLANILLA	PERÍODO DE PAGO	FECHA DE PAGO	VALOR PAGADO
PENSION	35746607	2025-12	19/12/2025	704.000
SALUD	35746607	2025-12	19/12/2025	550.000
RIESGOS LABORALES	35746607	2025-12	19/12/2025	107.200
PARAFISCALES	N/A	N/A	N/A	N/A
TOTAL				$ 1.361.200

*Certifico bajo la **GRAVEDAD DE JURAMENTO** que, los documentos soportes del pago de aportes obligatorios al sistema de seguridad social, en salud y ARL, corresponde a los ingresos provenientes del contrato materia del pago.*

VALOR COBRADO.

Se adjunta Documento soporte por valor de **UN MILLOON CUATRO SIENTOS DIES MIL PESOS ($ 1.410.000),** AUTORIZANDO QUE EL PAGO SE EFECTÚE a la siguiente cuenta:

CUENTA AUTORIZADA PARA PAGO:

NÚMERO	CUENTA	BANCO CORRESPONDIENTE
No. 188317408	**CUENTA DE AHORROS LIBRETON**	**BBVA – COLOMBIA**

No siendo otro el objeto,

KATHALINA ANGARITA PARRA
C.C No. 1.005.340.072 de Bucaramanga
Contratista

ACTIVIDADES DE LA PROFESIONAL EN MEDICINA.

	ACTIVIDAD	TOTAL	EJECUTADO A LA	PENDIENTE POR EJECUTAR	FORMA COMO SE EJECUTO	VALOR COBRADO POR ACTIVIDAD
1	Implementar la Estrategia de **REHABILITACION BASADA EN COMUNIDAD "RBC"** en el Municipio de Barichara en sus 6 territorios y 23 Micro territorios, en sus diferentes fases: Desarrollo de Capacidades; Identificación de personas, familias y cuidadores; Canalización y seguimiento; Información en Salud con enfoque diferencial; Fortalecimiento de las capacidades en los entornos; Visitas Domiciliarias; Creación y fortalecimiento de grupos de Apoyo y ayuda mutua; Intervenciones Breves. Como mínimo 150 personas. Desarrollando acciones que transformen los diferentes entornos hacia la construcción de comunidades más incluyentes, favoreciendo el desarrollo humano y la calidad de vida de todos sus integrantes	100%	52%	48%	Se desarrollo actividad de RBC En las remisiones reportadas por la profesional en psicología como ejecutante en intervenciones como medica logre el desarrollo de valoraciones de los usuarios intervenidos por la estrategia de Rehabilitación Basada en la Comunidad se logró la Identificación y diagnóstico temprano de los usuarios que requerían atención prioritaria y la Valoración médica integral en el entorno familiar y comunitario de las veredas abordadas.	$ 390.000
2	Desarrollar una Estrategia de Información en Salud a través de Diseño, Concertación, Socialización, Ejecución en el 100% de los Microterritorios del Municipio incluyendo sus Instituciones Educativas, Colectivos de Mujeres, **para la Conmemoración de la PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS,** en el marco de la **SEMANA ANDINA DE LA PREVENCIÓN DE EMBARAZO EN ADOLESCENTES"**, con intervención de docentes, estudiantes, padres de familia, comunidad, enlace de la Mujer, colectivos de mujeres, iglesias, estado, pares de mujeres, institucionalidad, que incluya diseño estrategia de información paso a paso, actividades lúdicas en forma diaria con cuenteria, cine foros, concursos, bailo terapia, concursos, muestras culturales, stand, sensibilizaciones sobre Tecnologías de la información y la sexualidad, Comunicación y Sexualidad, Sexualidad Digital, Promoción de la Salud mental y la Salud Sexual y Reproductiva entre otras, deben programarse como mínimo 25 actividades durante este mes.	100%	49%	51%	como profesional en medicina logre participar en las actividades de para la conmemoración de la prevención de embarazos en adolescentes patiamarillos, En la comunidad estudiantil de paramito, guane donde se realizaron múltiples actividades en la conmemoración de la Prevención del Embarazo en Adolescentes, con el propósito de fortalecer el conocimiento sobre derechos sexuales y reproductivos, promover la toma de decisiones responsables y fomentar proyectos de vida saludables. Esta actividad contribuye a la reducción de riesgos, la prevención de embarazos no planeados y al bienestar integral de los adolescentes, sus familias y la comunidad.	$ 367.500

ALCALDÍA DE BARICHARA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

ESE HOSPITAL BARICHARA

Salud para Ti y para Todos

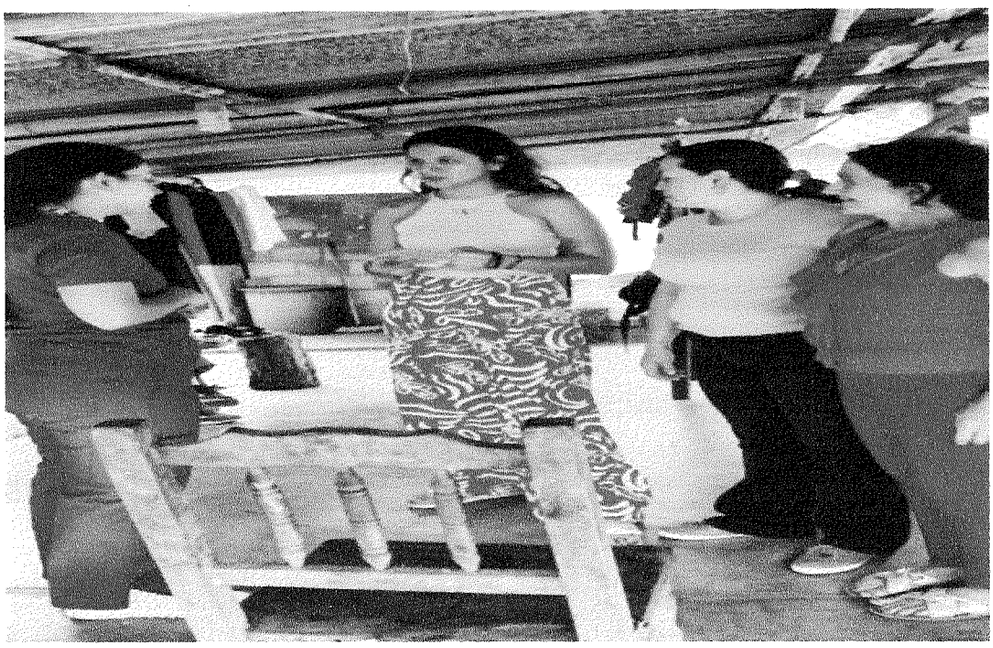
ESTRATEGIA: RBC - REHABILITACION BASADA EN COMUNIDAD

Actividad: Implementar la Estrategia de REHABILITACION BASADA EN COMUNIDAD "RBC" en el Municipio de Barichara en sus 6 territorios y 23 Microterritorios, en sus diferentes fases: Desarrollo de Capacidades; Identificación de personas, familias y cuidadores; Canalización y seguimiento; Información en Salud con enfoque diferencial; Fortalecimiento de las capacidades en los entornos; Visitas Domiciliarias; Creación y fortalecimiento de grupos de Apoyo y ayuda mutua; Intervenciones Breves. Como mínimo 150 personas. Desarrollando acciones que transformen los diferentes entornos hacia la construcción de comunidades más incluyentes, favoreciendo el desarrollo humano y la calidad de vida de todos sus integrantes

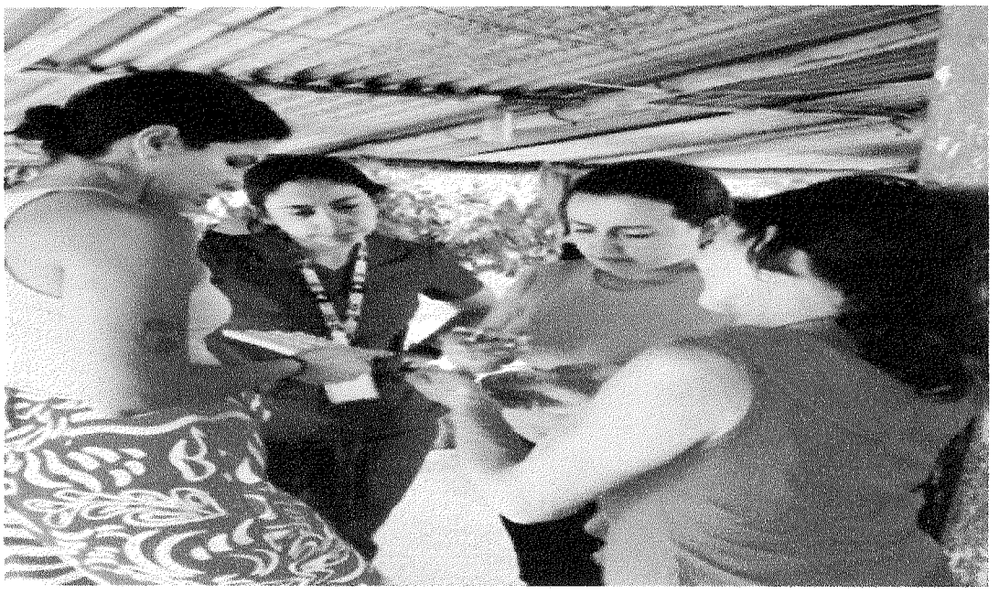
Territorio: 1

Micro territorio: M:02

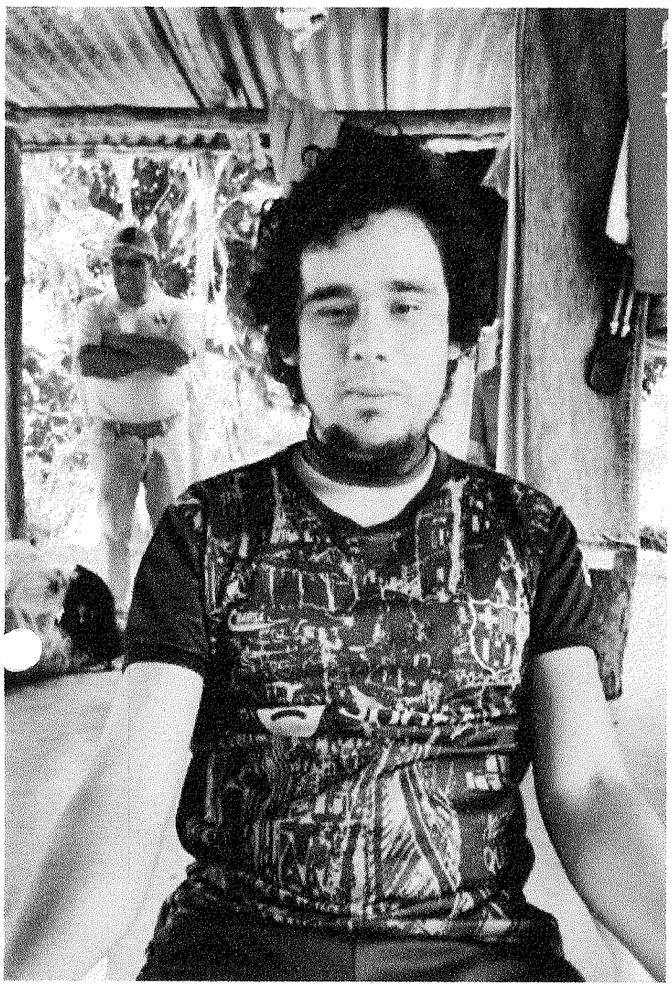
Fecha: Noviembre

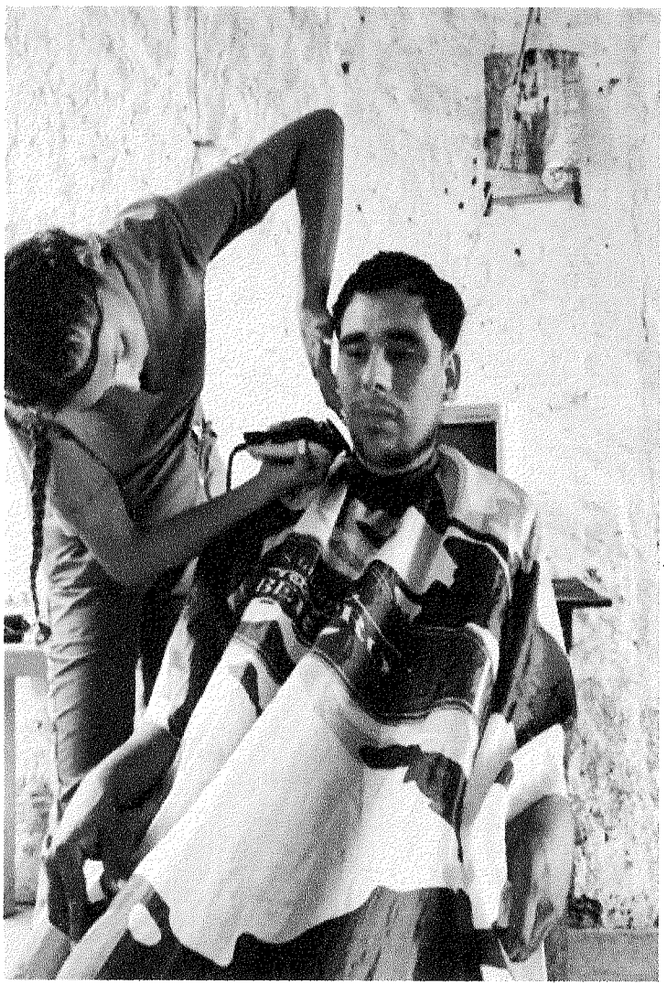












CONMEMORACIÓN DE LA PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS, EN EL MARCO DE LA SEMANA ANDINA - I.E BUTAREGUA	
FECHA:30 de septiembre del 2025	
Hora de Inicio: 9:00 am	**Hora de Finalización:** 12:30 pm
Población Objeto: Primera Infancia, Infancia, Adolescencia, Juventud.	
Curso de Vida: Primera Infancia, Infancia, Adolescencia, Juventud, Adultez Vejez.	
Meta: Servicio de gestión del riesgo en temas de salud sexual y reproductiva	
Código CUPS: I10203	
Estrategia: Información En Salud	
Tecnología: Información En Salud	
Nombre de la Actividad: I.E BUTAREGUA	
ACTIVIDAD 11. Desarrollar una Estrategia de Información en Salud a través de Diseño, Concertación, Socialización, Ejecución en el 100% de los Microterritorios del Municipio incluyendo sus Instituciones Educativas, Colectivos de Mujeres, para la Conmemoración de la PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS, en el marco de la SEMANA ANDINA DE LA PREVENCIÓN DE EMBARAZO EN ADOLESCENTES", con intervención de docentes, estudiantes, padres de familia, comunidad, enlace de la Mujer, colectivos de mujeres, iglesias, estado, pares de mujeres, institucionalidad, que incluya diseño estrategia de información paso a paso, actividades lúdicas en forma diaria con cuenteria, cine foros, concursos, bailo terapia, concursos, muestras culturales, stand, sensibilizaciones sobre Tecnologías de la información y la sexualidad, Comunicación y Sexualidad, Sexualidad Digital, Promoción de la Salud mental y la Salud Sexual y Reproductiva entre otras, deben programarse como mínimo 25 actividades durante este mes.	
ANALISIS DE LA ACTIVIDAD	
JORNADAS PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS	









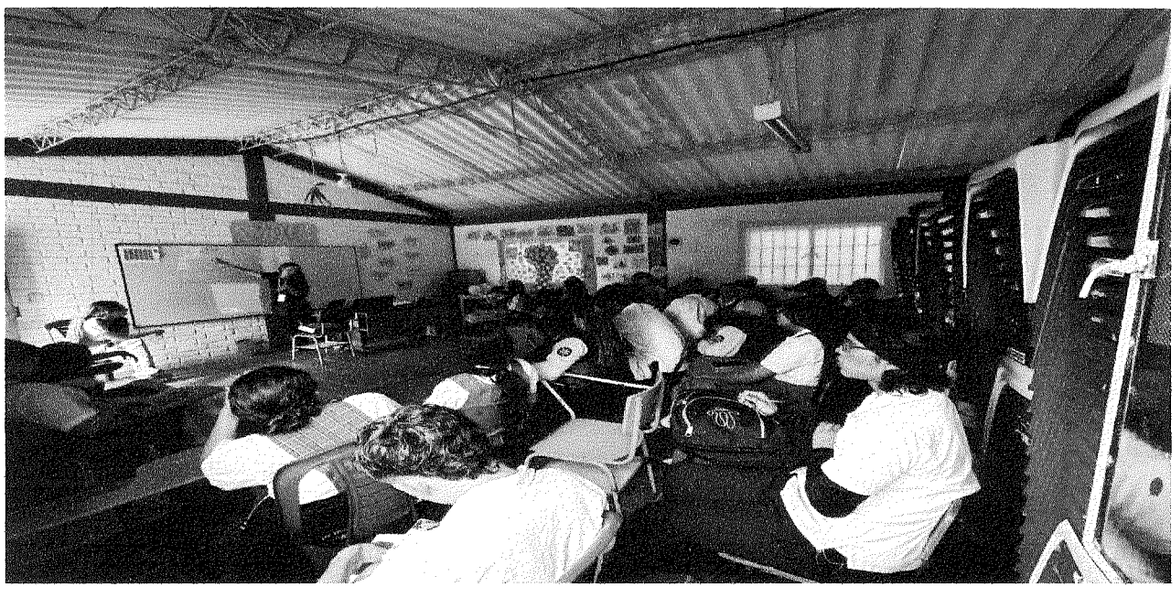


ALCALDÍA DE BARICHARA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS
HOSPITAL BARICHARA
Salud para ti y para Todos

CONMEMORACIÓN DE LA PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS, EN EL MARCO DE LA SEMANA ANDINA - I.E SANTA HELENA	
FECHA: 01 De Octubre el 2025	
Hora de Inicio: 9:00 am	**Hora de Finalización:** 1:30 pm
Población Objeto: Primera Infancia, Infancia, Adolescencia, Juventud.	
Curso de Vida: Primera Infancia, Infancia, Adolescencia, Juventud, Adultez Vejez.	
Meta: Servicio de gestión del riesgo en temas de salud sexual y reproductiva	
Código CUPS: I10203	
Estrategia: Información En Salud	
Tecnología: Información En Salud	
Nombre de la Actividad: I.E SANTA HELENA	
ACTIVIDAD 11. Desarrollar una Estrategia de Información en Salud a través de Diseño, Concertación, Socialización, Ejecución en el 100% de los Microterritorios del Municipio incluyendo sus Instituciones Educativas, Colectivos de Mujeres, para la Conmemoración de la PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS, en el marco de la SEMANA ANDINA DE LA PREVENCIÓN DE EMBARAZO EN ADOLESCENTES", con intervención de docentes, estudiantes, padres de familia, comunidad, enlace de la Mujer, colectivos de mujeres, iglesias, estado, pares de mujeres, institucionalidad, que incluya diseño estrategia de información paso a paso, actividades lúdicas en forma diaria con cuenteria, cine foros, concursos, bailo terapia, concursos, muestras culturales, stand, sensibilizaciones sobre Tecnologías de la información y la sexualidad, Comunicación y Sexualidad, Sexualidad Digital, Promoción de la Salud mental y la Salud Sexual y Reproductiva entre otras, deben programarse como mínimo 25 actividades durante este mes.	
ANALISIS DE LA ACTIVIDAD	
JORNADAS PREVENCIÓN DE EMBARAZOS EN ADOLESCENTES PATIAMARILLOS	







FICHA TECNICA		
FECHA: 31 de agosto – 2025		
Hora de Inicio: 1:00 Am	**Hora de Finalización:** 5 :30 Pm	
Población Objeto: Primera Infancia, Infancia, Adolescencia, Juventud.		
Curso de Vida: Primera Infancia, Infancia, Adolescencia, Juventud, Adultez Vejez.		
Meta: Servicio de gestión del riesgo para abordar condiciones crónicas prevalentes.		
Código CUPS: I104		
Estrategia: Información En Salud		
Tecnología: Información En Salud		
Nombre de la Actividad: Desarrollo de Una Estrategia De Información En Salud A Través De Diseño, Concertación, Socialización, Ejecución, En Temáticas De Vida Saludable Y Enfermedades No Transmisibles-Condiciones Crónicas Prevalentes,		
Sesión: # 1		
Profesional Ejecutante: Médico: kathalina Angarita Parra Enfermera: Yuli Andrea Afanador Arenas. Técnico en Deportes: Luis Carlos Bautista Bayona Nutricionista Dietista: Liceth Daniela Barrera Patiño Psicólogo: Geraldine Gomez		
Territorio: 4	**Microterritorio:** M: 16	**Vereda**: Santa Helena

METODOLOGIA:

1. **Diseño de ubicación de stand:**

- se realizará un stand informativo en el lugar donde se desarrollara la actividad será, visible en la vereda guayabal, el día 30 de agosto de 2025 de horario 1:00 – 6:00 pm donde se implementara por todos los profesionales ejecutantes tema a abordar flyer alusivos a la temática con un impacto positivo a la comunidad.
- Se realizará acompañamiento al presidente de junta de acción comunal en el desarrollo de una reunión veredal, en concertación nos brinda un espacio para la realización de la actividad del pic 2025.
- Se concertó con el presidente de junta de acción comunal el desarrollo de la actividad, se implantará un espacio en la reunió donde cada profesional ejecutante desarrollara el liderazgo de un tema.
- La profesional en enfermería brindara educación en lo relacionado con tabaquismo cesación del consumo del tabaco y sus derivados.
- La profesional en medicina dará lo relacionado con enfermedades cardiacas
- Se realizará acompañamiento por el profesional en odontología donde prestará los servicios a la comunidad en general que requiera consulta de odontología.
- Se realizará por el licenciado en deportes una jornada lúdica donde se incentive al deporte y la recreación por medio de aérobicos durante 30 minutos.
- Se realizará la publicación en la pagina oficial de las actividades a ejecutar de la población que logre participar.
- La profesional en nutrición dará pautas para lograr una alimentación saludable y implementará un refrigerio saludable para los participantes de la actividad.
- Se concertó con la alcaldía profesional Natalia barragan – actividad social para llevar los programas o el Sena en espera de respuesta en respuesta a solicitud.
- Trabajador Social realizara concertación que requiera gestión interdisciplinaria con entes de salud o discapacidad y se aborda un tema de interés en la comunidad.

- Se entregará flyer con la información previamente avalado por el ente municipal.

Temas:

1. Cesación Del Consumo Del Tabaco Y Sus Derivados.
2. Alimentación Saludable.
3. Enfermedades Coronarias.
4. Enfermedades Crónicas.
5. Salud Bucal.
6. Promoción De La Actividad Física.

Momento los profesionales a abordar el tema.

En el Desarrollar de la primera Estrategias de Información en Salud a través de Diseño y Ejecución de la campaña educativa por medio de capacitación entrega de material educativo desarrollada por el plan de intervenciones colectivas PIC 2025 en se brindará información a la comunidad:

1. **Cesación Del Consumo Del Tabaco Y Sus Derivados.**

Fumar es una forma de adicción. La nicotina que se encuentra en el cigarrillo es la responsable de producir dependencia, como la generada por el consumo de cocaína y heroína. El cigarrillo cumple con los criterios de una sustancia para ser considerada como droga: consumo compulsivo, tolerancia (es decir, necesidad de aumentar la dosis para sentir el mismo efecto), dependencia, síndrome de abstinencia. Un mínimo porcentaje de consumidores, cuando se lo proponen, logran controlar el consumo sin desarrollar dependencia al cigarrillo, pero en la mayoría de los casos la persona se vuelve adicta al cigarrillo y requiere de tratamiento especializado para controlar la dependencia. Dejar de fumar no es sólo cuestión de voluntad.

Recomendaciones para dejar de fumar.

- Coma preferiblemente, frutas, verduras, jugos, quesos y sopas suaves. Evite comer todo tipo de carnes, fritos, enlatados, salsas picantes, alimentos muy salados o muy condimentados.
- Beba entre comidas, abundantes zumos, jugos de frutas ricas en vitamina C (cítricos) o agua: 8 vasos al día como mínimo.
- Evite consumir licor y café.
- Tenga siempre a mano algo para picar o masticar (ojo con el peso), como: fruta, zanahoria, chicle sin azúcar, etc.
- Cambie de rutina. Empiece a hacer ejercicio físico regularmente, practique algún deporte preferiblemente acuático. Utilice el sauna, el turco y reciba masajes de agua.
- Mantenga sus manos permanentemente ocupadas (artes manuales, expresión artística, jardinería, etc.).
- En su tiempo libre, procure hacer actividades satisfactorias, relajantes. Aprenda a relajarse y superar el momento crítico (inspiraciones profundas).
- Repase continuamente la lista de razones para no fumar y los beneficios que ha obtenido desde que dejó de fumar.
- Recuerde que los síntomas desagradables, al dejar de fumar, duran aproximadamente 15 días, ÚNICAMENTE.

Espacios libres de humo de tabaco.

El deber de proteger a las personas contra el humo de tabaco se corresponde con la obligación de los gobiernos de promulgar leyes que las protejan frente a las amenazas a sus derechos y libertades fundamentales. Esa obligación se hace extensiva a todas las personas, y no se limita a determinadas poblaciones.

Habida cuenta de los peligros que entraña el inhalar humo de tabaco ajeno, el deber de proteger contra la exposición de humo de tabaco está implícito, entre otros, en el derecho a la vida y el derecho al disfrute del más alto nivel posible de salud, reconocidos en numerosos instrumentos jurídicos internacionales

(entre ellos la Constitución de la Organización Mundial de la Salud, la Convención sobre los Derechos del Niño, la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer y el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales), incorporados oficialmente en el Preámbulo del Convenio Marco de la OMS y reconocidos en las constituciones de muchos países.

2. Alimentación Saludable.

El estado nutricional es indicador de calidad de vida, en tanto refleja el desarrollo físico, intelectual y emocional del individuo, en relación con su estado de salud y factores alimentarios, socioeconómicos, ambientales, educativos y culturales, entre otros.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la desnutrición se reconoce como uno de los principales mecanismos de transmisión intergeneracional de pobreza y de desigualdad, en los niños menores de 5 años incrementa el riesgo de muerte, inhibe su desarrollo cognitivo y afecta el estado de salud con consecuencias para todo el ciclo vital, una mala alimentación en cualquier curso de vida conlleva al aumento de enfermedades prevenibles.

La clave está en seguir los 5 pasos mejorar la alimentación en nuestra vida : Además, es importante buscar ayuda de un profesional en la nutrición, psicología o medicina quien podrá ser un gran apoyo en el cambio dando consejos valiosos, guiando al individuo a tomar decisiones inteligentes y proponiendo pequeños cambios que tendrán un gran impacto en la salud.

5 pasos para llevar una vida saludable sostenible a largo plazo

1. El primer paso es: Establecer un objetivo claro: ¿Qué se quiere lograr?, ¿Cómo se va a lograr? y ¿En cuánto tiempo se quiere lograr? Sin este objetivo claro será imposible empezar.
2. Proponer metas semanales de los cambios que se quieren hacer para mejorar la salud y calidad de vida. Cada semana es recomendable plantear nuevas metas y analizar las metas anteriores.
3. Empezar el cambio progresivamente, hacer cambios pequeños que tendrán un gran impacto en la salud. Empezar a incluir frutas en los desayunos y/o refacciones, verduras en almuerzo y cena, empezar con una caminata de 30 min 3 veces a la semana, disminuir la ingesta a alcohol semanal, disminuir el consumo de comida chatarra a 1 vez a la semana.
4. Una vez estos pequeños cambios sean parte del estilo de vida ir incorporando nuevos hábitos. Ahora además de la caminata incorporar 2 días a la semana de pesas y aumentar el tiempo de la caminata, establecer una rutina para dormir, incorporar alimentos nutritivos nuevos (quinoa, leche de almendra sin azúcar, panqueques de avena, lasaña de succhini) ser creativo y buscar recetas nuevas.
5. Seguir puliendo el estilo de vida saludable, es recomendable llevar un diario en donde se pueda anotar los cambios que se han visto al paso del tiempo. Por ejemplo: menos reflujo, menos dolor de espalda, mejor estado de ánimo, mejor descanso, más energía, etc. Esto será una gran motivación para seguir con la vida saludable. Es importante saber que siempre existe la posibilidad de no lograr cumplir con el estilo de vida establecido por algún motivo como: viajes, fiestas o eventos.

La clave está en retomar todo lo adquirido al paso del tiempo y no olvidar la vida sana y saludable que se logró llevar. Al retomar lo ideal es hacerlo progresivamente como se inició con el cambio.

Existe una gran motivación por la cual aspirar y buscar llevar un estilo de vida saludable. Cada caso es personal, pero podría ser: salud a largo plazo, evitar enfermedades a lo largo de la vida, estar bien emocional y psicológicamente, lograr un descanso óptimo, rendir bien en el día a día, tener vida social, un trabajo estable, etc.

Muchas veces se suele equivocar el término estilo de vida saludable y se busca llevarlo con el objetivo de perder peso, mejorar la apariencia física o tonificar. Si se encuentra una motivación más profunda será más fácil lograrlo.

Cultivar estilos de vida saludable y aliemtacion saludable: es fundamental para gozar de un **bienestar** completo, tanto **físico como mental**. Aunque esto es algo que todos deseamos, a menudo, a la hora de pasar a la acción buscamos excusas y acabamos alimentándonos de forma poco conveniente y llevando una vida sedentaria.

Esto es una pena, puesto que para conseguir **la mejor versión de nosotros mismos**, basta con **incorporar a nuestra rutina ciertos hábitos**. Como todo, al principio cuesta un poco, sin embargo la recompensa es muy gratificante, pues qué hay mejor que cuidarnos a nosotros mismos y a los que más queremos.

Tips para mejorar hábitos de vida.

- Busca nuevas recetas para lograr variedad. Cuanto más variados los alimentos que incluyas, más nutrientes te aportarán tus comidas. ¡Anímate!
- Obtén proteína de diversas fuentes y busca hacerla parte de cada comida.
- Incluye alimentos ricos en fibra, como cereales enteros, pan integral, frutas enteras, fruta disecada, arvejas, porotos y lentejas
- Mantén una abundante ingesta de líquido; el agua actúa con la fibra para ayudar a mantener tu salud digestiva.
- Modera tu consumo de alimentos altos en grasas, sodio y azúcar, y selecciona alimentos enteros, como frutas y vegetales frescos, granos enteros, carnes magras y lácteos.
- El agua es la mejor fuente de hidratación para tu cuerpo, pero el té, café, mate y leche también cuenta para tu ingesta de líquido

En qué momento se deben tomar complementos alimenticios.

Asegurarte de obtener suficientes nutrientes, ya sea haciendo cambios en tu dieta y/o a través del uso de suplementos, puede contribuir a mejorar tu bienestar.

- Considera suplementos nutricionales de alta calidad si son necesarios para ayudarte a cubrir tus requerimientos nutricionales diarios.
- Si tienes alguna preocupación sobre tu alimentación, lleva un registro de tu consumo de alimentos por una semana. Luego, revísalo con tu médico o nutricionista para entender tu ingesta de nutrientes y buscar oportunidades para mejorar tus hábitos alimenticios.

Enfermedades Coronarias.

La enfermedad de las arterias coronarias es un tipo común de enfermedad cardíaca. Afecta a los principales vasos sanguíneos que suministran sangre al corazón, denominados arterias coronarias. En la enfermedad de las arterias coronarias hay reducción del flujo sanguíneo al músculo cardíaco. La acumulación de grasas, colesterol y otras sustancias en las paredes arteriales, una afección denominada ateroesclerosis, suele causar la enfermedad de las arterias coronarias. La acumulación, denominada placa, hace que las arterias se estrechen.

La enfermedad de las arterias coronarias se suele desarrollar durante muchos años. Los síntomas se deben a la falta de flujo sanguíneo al corazón. Pueden incluir dolor en el pecho y falta de aire. Una obstrucción completa del flujo sanguíneo puede causar un ataque cardíaco.

El tratamiento de la enfermedad de las arterias coronarias puede incluir medicamentos y cirugía. Seguir una dieta nutritiva, hacer ejercicio con regularidad y no fumar pueden ayudar a prevenir la enfermedad de las arterias coronarias y las afecciones que pueden causarla.

A la enfermedad de las arterias coronarias también se la conoce como enfermedad cardíaca coronaria.

Síntomas

Los síntomas de la enfermedad de las arterias coronarias se producen cuando el corazón no recibe suficiente sangre rica en oxígeno. Los síntomas de la enfermedad de las arterias coronarias pueden incluir lo siguiente:

- **Dolor en el pecho, denominado angina.** Puede hacerte sentir constricción, presión, pesadez, opresión o dolor en el pecho. Es posible que se sienta como si alguien se sentara sobre tu pecho. Este dolor suele afectar la zona media o izquierda del pecho. El ejercicio o las emociones fuertes pueden desencadenar la angina de pecho. Existen diferentes tipos de angina. El tipo depende de la causa y de si el reposo o el medicamento alivian los síntomas. En algunas personas, especialmente en las mujeres, el dolor puede ser breve o agudo y se siente en el cuello, el brazo o la espalda.
- **Falta de aire.** Puedes sentir que no puedes respirar.
- **Fatiga.** Si el corazón no puede bombear suficiente sangre para satisfacer las necesidades del cuerpo, puedes sentirte inusualmente cansado.

Los síntomas de la enfermedad de las arterias coronarias pueden pasar desapercibidos al principio. A veces, los síntomas solo aparecen cuando el corazón late con fuerza, como durante el ejercicio. A medida que las arterias coronarias continúan estrechándose, los síntomas se hacen más graves o frecuentes.

Una arteria coronaria completamente bloqueada causará un ataque cardíaco. Los síntomas frecuentes de un ataque cardíaco incluyen:

- Dolor en el pecho que puede sentirse como presión, opresión, constricción o dolor.
- Dolor o molestia que se disemina a los hombros, brazos, espalda, cuello, mandíbula, dientes o, a veces, a la parte superior del abdomen.
- Sudor frío.
- Fatiga.
- Acidez estomacal.
- Náuseas.
- Falta de aire.
- Aturdimiento o mareos repentinos.

El dolor en el pecho es generalmente el síntoma más común de un ataque cardíaco. Pero para algunas personas, como las mujeres, los adultos mayores y los que tienen diabetes, es posible que los síntomas no estén relacionados con los de un ataque cardíaco. Por ejemplo, pueden tener náuseas o un dolor muy breve en el cuello o la espalda. Algunas personas que presentan un ataque cardíaco no notan síntomas.

Cuándo debes consultar a un médico

Si crees que estás teniendo un ataque cardíaco, llama inmediatamente al 911 o al número de emergencia local. Si no tienes acceso a servicios médicos de urgencia, pide a alguien que te lleve al hospital más cercano. Conduce tú mismo solo como última opción.

Fumar o tener presión arterial alta, colesterol alto, diabetes, obesidad o fuertes antecedentes familiares de enfermedad cardíaca te hacen más propenso a tener una enfermedad de las

arterias coronarias. Si tienes un alto riesgo de enfermedad de las arterias coronarias, habla con el profesional de atención médica. Es posible que necesites pruebas para determinar si hay arterias estrechas y si tienes una enfermedad de las arterias coronarias.

Momento Odontología

Charla sobre los riesgos al presentar una mala higiene bucal como las enfermedades periodontales.

Las enfermedades periodontales son más que un simple inconveniente bucal; representan un desafío serio para la salud dental y pueden tener un impacto significativo en la calidad de vida. Desde la gingivitis hasta la periodontitis, estas afecciones pueden afectar tanto a las encías como a las estructuras de soporte de los dientes, y si no se tratan adecuadamente, pueden conducir a la pérdida de dientes y otros problemas de salud bucal.

Síntomas de las enfermedades periodontales:

Antes la prevención y tratamiento de las enfermedades periodontales, es importante reconocer los síntomas que pueden indicar su presencia. Estos son algunos de los signos más comunes a los que debes prestar atención:

- **Encías inflamadas:** Las encías rojas, hinchadas o sensibles pueden ser un signo temprano de enfermedad periodontal. Presta atención si tus encías parecen más inflamadas de lo habitual o si experimentas dolor al tocarlas.
- **Sangrado de encías:** El sangrado durante el cepillado o el uso de hilo dental puede ser un indicio de enfermedad periodontal, especialmente si es frecuente o abundante. No ignores el sangrado de encías, ya que puede ser un signo de inflamación o infección.
- **Retracción de encías:** Las encías que se alejan de los dientes, creando bolsas o espacios entre ellos, pueden ser un signo de enfermedad periodontal avanzada. Esto puede hacer que los dientes se vean más largos de lo habitual o que parezcan estar separándose.
- **Mal aliento persistente:** El mal aliento crónico, también conocido como halitosis, puede ser un síntoma de enfermedad periodontal, especialmente si no mejora con una buena higiene bucal. La acumulación de bacterias en las bolsas periodontales puede contribuir al mal olor.
- **Movilidad dental:** Si notas que tus dientes están más sueltos de lo normal o cambian de posición, puede ser un signo de pérdida de soporte óseo debido a la enfermedad periodontal avanzada. La movilidad dental es un síntoma grave que requiere atención dental inmediata.

Cómo prevenirlas:

La prevención es fundamental cuando se trata de enfermedades periodontales. Aquí hay algunas medidas que puedes tomar para mantener tus encías y dientes sanos:

1. Prácticas de higiene bucal adecuadas: Cepíllate los dientes al menos dos veces al día con un cepillo de cerdas suaves y pasta dental con flúor. No olvides limpiar entre los dientes con hilo dental o un cepillo interdental para eliminar la placa y los residuos de alimentos.

2. Visitas regulares al dentista: Programa chequeos dentales periódicos al menos cada seis meses. Los dentistas pueden detectar signos tempranos de enfermedades periodontales y proporcionar tratamientos preventivos para evitar que progresen.

3. Evita el tabaco: Fumar y usar productos de tabaco aumenta significativamente el riesgo de desarrollar enfermedades periodontales. Dejar de fumar puede mejorar la salud de tus encías y reducir el riesgo de complicaciones.

4. Dieta equilibrada: Consumir una dieta rica en frutas, verduras, proteínas magras y lácteos bajos en grasa puede proporcionar los nutrientes necesarios para mantener las encías y los dientes sanos. Limita el consumo de azúcares y carbohidratos refinados, que pueden contribuir a la acumulación de placa bacteriana.

5. Controla el estrés: El estrés crónico puede debilitar el sistema inmunológico y aumentar el riesgo de enfermedades periodontales. Encuentra formas de manejar el estrés, como practicar la meditación, el yoga o el ejercicio regular.

En resumen, las enfermedades periodontales son afecciones comunes que pueden prevenirse con una buena higiene bucal, visitas regulares al dentista y hábitos de vida saludables. Si experimentas síntomas como encías inflamadas, sangrado durante el cepillado o mal aliento persistente, no ignores estos signos y busca atención dental adecuada. Recuerda, cuidar tus encías es fundamental para mantener una sonrisa sana y hermosa a lo largo de la vida.

Cepillo dental

- Debe tener cerdas suaves y un tamaño acorde con el tamaño de la boca del niño, para facilitar la limpieza bucal sin lastimar los demás tejidos de la boca.
- Debe tener un mango grueso para facilitar que el mismo niño pueda usarlo y desarrolle su motricidad;
- Los penachos deben ser de la misma altura y de punta redondeada.
- El cepillo dental es de uso individual e intransferible
- Debe cambiarse de forma frecuente (idealmente cada tres meses, o antes si se han deformado sus fibras).

Crema dental

- Debe evitarse el uso de cremas con sabores (chicle, frutas y demás) para reducir el riesgo de que el niño se las coma, y genere intoxicaciones, que generalmente son visibles varios años después (especialmente en los dientes permanentes).
- Por tanto, debe procurarse la eliminación de los excesos de crema después del cepillado.
- La intoxicación, se evidencia después de varios años, con la presencia unas manchas blancas difusas, en los dientes permanentes.
- Para reducir el riesgo, la cantidad de crema que se aplique en el cepillo de dientes, no debe superar el tamaño de una lenteja.

Técnica del cepillado:

La clave para prevenir y controlar la enfermedad de las encías es cepillar alrededor y debajo del borde de las encías, donde tienden a acumularse las bacterias y la placa bacteriana, las cerdas del cepillo de dientes llegan bajo las encías para limpiar la placa bacteriana antes de que se endurezca, se transforme en tártaro y se convierta en una enfermedad de las encías:

Coloque el cepillo de dientes en posición paralela a los dientes con las cerdas dirigidas hacia las encías.

Incline el cepillo de dientes a un ángulo de 45 grados y mueva suavemente las cerdas hacia abajo del borde de las encías.

Con una presión firme, pero suave, y manteniendo las cerdas debajo del tejido de las encías, mueva o haga vibrar el cepillo dental hacia adelante y hacia atrás o realice de 15 a 20 movimientos circulares pequeños antes de pasar a la siguiente área.

El cepillo de dientes debería cubrir de dos a tres dientes cada vez.

Cepille todas las superficies externas de los dientes y después continúe con la misma técnica en la cara interior de los dientes.
Para cepillar el interior de los dientes delanteros, sostenga el cepillo de dientes en posición vertical y use las cerdas de la punta del cepillo, pero asegúrese de que entren debajo de las encías.

Cepille el resto de las superficies de

Momento Técnico en Deportes:

1. **Promoción De La Actividad Física.**

AERÓBICOS –ACTIVIDAD FISICA

- Parte Inicial: Calentamiento (movilidad articular, Activación Neuromuscular).
- Parte Central: Ejercicios de baile básicos dirigidos, combinados con ejercicios aeróbicos.
- Parte final: Vuelta a la calma (estiramientos musculares, respiración controlada).

Las actividades aeróbicas, conocidas también como ejercicios aeróbicos, son esas prácticas físicas que usan como fuente de energía el oxígeno. En otras palabras, no utilizan como combustible los músculos, sino la capacidad pulmonar. Correr, trotar, nadar, andar en bici, son ejemplos de actividades aeróbicas.

Puede decirse que los ejercicios aeróbicos emplean cualquier tipo de músculo del cuerpo y de alguna manera estos son útiles para dichas actividades. Sin embargo, no requieren de la fuerza de estos ni serán la fuente principal de energía.
Los ejercicios aeróbicos son realizados durante periodos de tiempo extensos y no son tan intensos como otro tipo de actividad física. Así, se logra obtener mayor capacidad cardiovascular, pues se eleva la frecuencia cardiaca, mejorando también la capacidad pulmonar.
El hacer ejercicio aeróbico es fundamental para la salud del ser humano y aporta grandes beneficios al cuerpo, por lo que es importante conocer algunas de sus características principales para entender mejor su función. Algunas de estas son:

- Su fuente de energía principal es el oxígeno y no la fuerza o potencia muscular.
- El ejercicio aeróbico es un tipo de actividad física que se orienta principalmente a trabajos de baja intensidad y larga duración. Lo anterior tiene como objetivo mejorar la resistencia pulmonar, la capacidad respiratoria y la cardiovascular.
- La razón por la que estos ejercicios son de larga duración y baja intensidad es porque de esta forma el cuerpo puede graduar la cantidad de oxígeno que va necesitando a medida que se realiza el ejercicio. De esta manera, se va aumentando la capacidad pulmonar.
- El ejercicio aeróbico no solo se enfoca en mejorar la resistencia pulmonar y el estado físico, sino en disminuir la cantidad de grasa corporal y controlar el peso.
- Las actividades aeróbicas, además de mejorar el estado físico, sirven para controlar otras afecciones que pueda adquirir el cuerpo humano. Estas pueden ser la presión arterial alta, azúcar en la sangre o dolores musculares.
- El realizar actividades aeróbicas es una de las formas más efectivas para mejorar el estado de ánimo de las personas. Esto se debe a que estos ejercicios reducen la ansiedad y aumentan la relajación mental.

Referencias:

lineamientos para la gestión y administración del programa ampliado de inmunizaciones - pai – 2025.

Recopilado : lineamientos-gestion-administracion-pai-2025.pdf

Recopilado:https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/PAI/lineamientos-gestion-administracion-pai-2025.pdf

Organización Mundial de la Salud, 'Global Vaccines Safety', OMS, 2011 , consultado el 01 de Mayo de 2025.

Recopilado: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/366161/9789240062542-spa.pdf

bacteriana en escolares del nivel secundario en la i.e. 5139 las colinas, provincia del callao, 2017. universidad privada norbert wiener2017. https://hdl.handle.net/20.500.13053/551

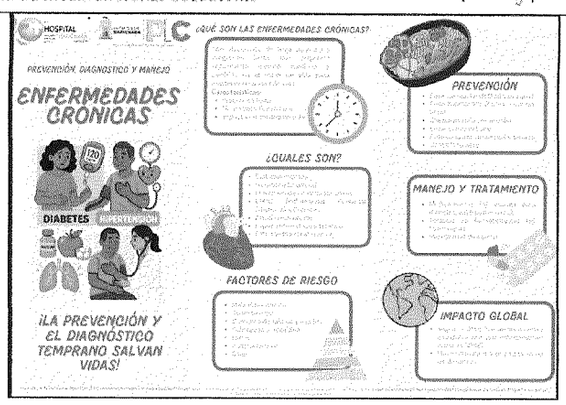
AYUDAS AUDIOVISUALES Y DEBE ADJUNTARSE:

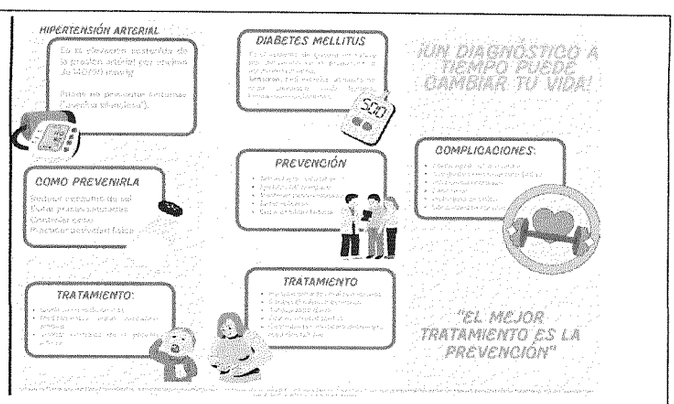
En el stand se realiza educación a toda la población participe en las jornadas, se entregará material impreso a color.

Flayer Entregar A La Comunidad.



Flayer Entregar A La Comunidad sobre





Flayer a presentar en paginas oficiales de la ESE. Hospital integradas san juan de Dios de Barichara.
Plan de médicos: en Paginas Oficiales.

Intervenciones de la comunidad:

- Se implementará carteles alusivos a la estrategia de información por medio de un I stand realizado por los profesional encargados de la actividad.
- En el stand se realiza educación a toda la población participe en las jornadas, se entregará material impreso a color.
- la actividad se desarrollará un día domingo como lo establece el contrato interadministrativo.

Conclusiones:

- fue una actividad de gran acogida por la comunidad de Barichara, se logró gestionar e incluir en la vida diaria la importancia de una alimentación balanceada y prevención del consumo de tabaco, la prevención de enfermedades coronarias.
- La actividad de aeróbicos y actividad física demuestra ser una estrategia efectiva para promover la actividad física en la comunidad, contribuyendo a la prevención de enfermedades.
- La participación dinámica de la comunidad, evidencia el interés y la necesidad de espacios que ayuden a mejorar los estilos de vida saludables.

Recomendaciones:

- Contribuir a educar a la comunidad sobre la importancia de implementadas hábitos de vida saludable por la alcaldía municipal, el hospital san juan de dios de Barichara.
- Mantener una técnica adecuada del cepillado disminuye las aliteraciones dentales en la comunidad de Barichara.

ALCALDÍA DE BARICHARA

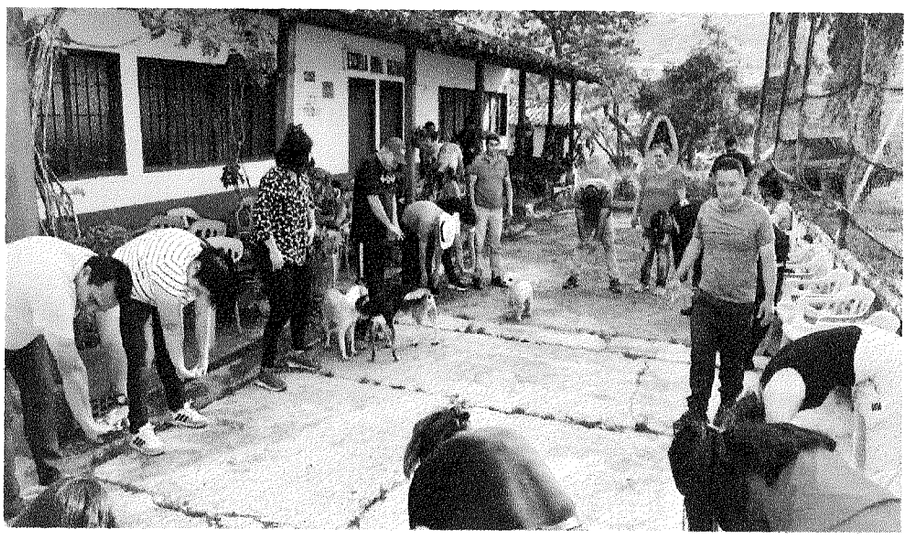
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

E.S.E. HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS BARICHARA

Salud para ti y para todos

REGISTRO FOTOGRAFICO – GUAYABAL
Actividad: Desarrollar una estrategia de información en salud a través de diseño, concertación, socialización, ejecución y duración mínima cada una 5 horas, en temáticas de vida saludable y enfermedades no transmisibles-condiciones crónicas prevalentes, para ejecutarlas en el ii trimestre (1), iii trimestre (3); iv tri (1), de preferencia los fines de semana, en los territorios m1,m3, m4, m5, micorterritorios :m102; m104; m416; m519;m311-12, veredas carare; regadillo; santa helena, salitre; guayabal, con intervención de colectivos de mujeres, microempresarios, agricultores, hogares icbf, fundación cristo rey, víctimas del conflicto armado, comunidad, juntas de acción comunal y fuerzas vivas del municipio, iglesias, que incluya diseño estrategia de información paso a paso, actividades lúdicas, sensibilizaciones en temas de promoción de la actividad física, cesación del consumo del tabaco y sus derivados, alimentación saludable, enfermedades coronarias, enfermedades crónicas, salud bucal, concursos.
Territorio: 3
Microterritorio: M:11 – M 12
Fecha: 30 DE AGOSTO DE 2025
Estrategia INFORMACION EN SALUD
Evidencias fotográficas:



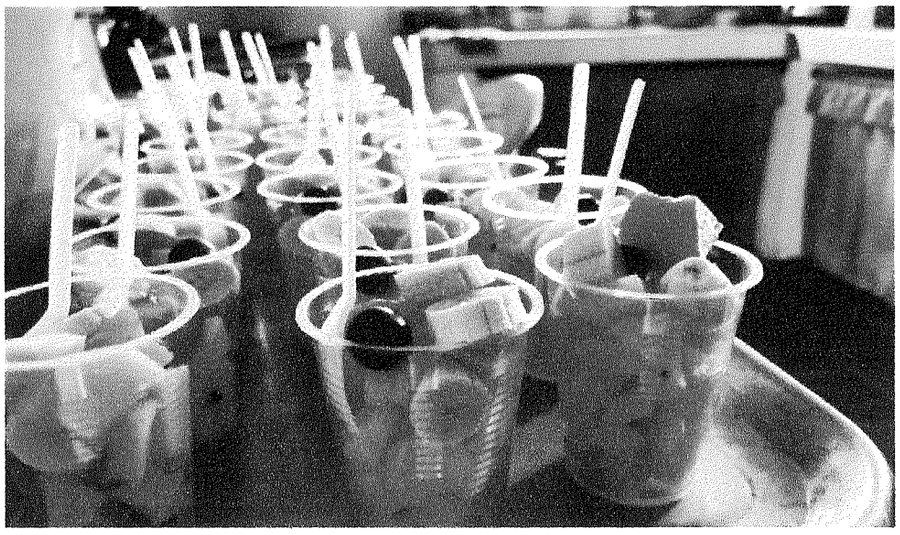


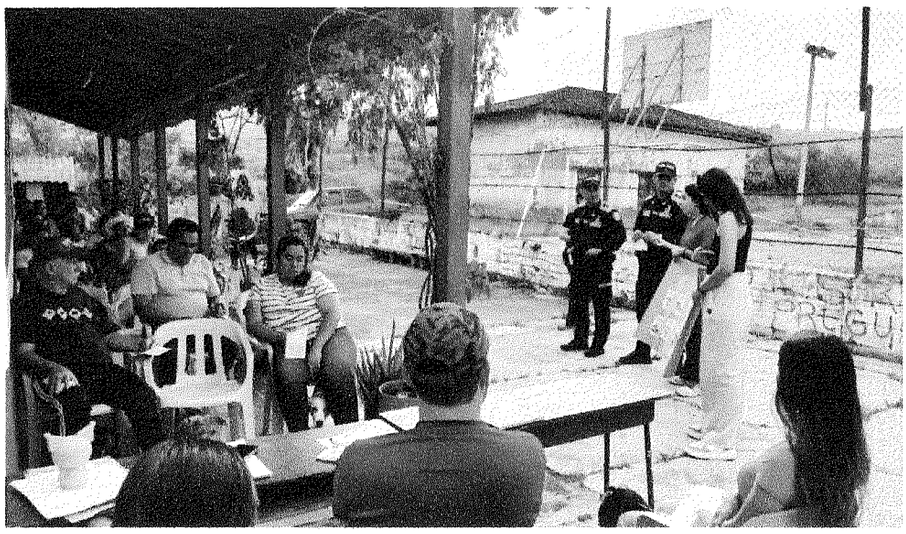







TAPAROCAS







ANEXO NUMERO 2.

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	KATHALINA ANGARITA PARRA
IDENTIFICACIÓN:	CC-1005340072
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2026-01-21
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-12-17
FECHA DE PAGO:	2025-12-03
ENTIDAD DE PAGO:	BBVA COLOMBIA S.A.
PERÍODO PENSIÓN:	2025-11
PERÍODO SALUD:	2025-11
NÚMERO PLANILLA:	35289138
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	35289138
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS010	800088702	EPS SURA	1	$ 4.400.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 550.000	$ 550.000
25-14	900336004	COLPENSIONES	1	$ 4.400.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 704.000	$ 704.000
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 4.400.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 107.200	$ 107.200
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 1.361.200	$ 1.361.200

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	20/01/2026

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	KATHALINA ANGARITA PARRA
IDENTIFICACIÓN:	CC-1005340072
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2026-01-21
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2026-01-20
FECHA DE PAGO:	2025-12-19
ENTIDAD DE PAGO:	BBVA COLOMBIA S.A.
PERÍODO PENSIÓN:	2025-12
PERÍODO SALUD:	2025-12
NÚMERO PLANILLA:	35746607
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	35746607
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS010	800088702	EPS SURA	1	$ 4.400.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 550.000	$ 550.000
25-14	900336004	COLPENSIONES	1	$ 4.400.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 704.000	$ 704.000
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 4.400.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 107.200	$ 107.200
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 1.361.200	$ 1.361.200

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	17/02/2026