ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

INFORME FINAL DE EJECUCIÓN
CONTRATO INTERADMINISTRATIVO Nº SS-003-2025

OBJETO:

PRESTACIÓN DE SERVICIOS PARA DESARROLLAR LAS ACCIONES DE LOS PLANES DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC) DEL PLAN DECENAL DE SALUD PUBLICA EN EL DEPARTAMENTO DE CÓRDOBA (en los Municipios de PUEBLO NUEVO, PLANETA RICA, BUENAVISTA Y PUERTO LIBERTADOR)

CONTRATISTA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

NIT: 812.001.520-9
FRANCISCO PÉREZ ARRIETA
REPRESENTANTE LEGAL

CONTRATANTE:

DEPARTAMENTO DE CÓRDOBA –

SECRETARÍA DE DESARROLLO DE LA SALUD

SUPERVISOR:

MARCOS TAMARA BURGOS

EJE ATENCION PRIMARIA EN SALUD

MUNICIPIO DE BUENAVISTA- CORDOBA

TOMO (5)

¡Comprometidos con tu Salud!

EJE ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

EJE: ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD

Realizar ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo hacer una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contará con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido será mínimo de 5 km. Con la población general, se garantiza hidratación a los asistentes. Las evidencias serán listados de asistencias, 3 evidencias fotográficas donde se logre visualizar el número de asistentes, un video de dos minutos de duración, donde se logre evidenciar el desarrollo de la actividad, factura de la compra del agua.

779

ZONA URBANA

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

INTRODUCCION

La intervención de programas de actividad física en las instituciones educativas resulta fundamental para enseñar sobre la importancia y beneficios de esta misma y facilitar la adopción de condiciones y hábitos de vida saludable en estudiantes de infancia y adolescencia. Al fomentar la participación activa en actividades físicas no solo impacta en la salud física, sino que también promueve habilidades sociales, trabajo en equipo, respeto por los demás y una mayor autoestima. Como destaca Bailey (2006), el ejercicio en grupo favorece el desarrollo de competencias sociales y contribuye a mejorar la convivencia escolar, creando un ambiente propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral. Además, establecer rutinas de actividad física durante estas etapas contribuye a la formación de una cultura de salud que puede extenderse a la vida adulta, reduciendo los riesgos asociados a estilos de vida sedentarios que tiende a causar enfermedades crónicas no trasmisibles.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce la actividad física como un componente esencial para el bienestar integral, especialmente en la infancia y adolescencia. La OMS establece que la participación en actividades físicas regulares en estas etapas del ciclo vital son fundamentales para promover la salud, prevenir enfermedades y fomentar estilos de vida saludables (OMS, 2010). La importancia de la actividad física en estas edades radica en su impacto positivo en el desarrollo físico, psicológico y social de los jóvenes, contribuyendo a reducir la carga de morbilidad asociada a estilos de vida sedentarios. Promover hábitos de actividad física en niños y adolescentes es una estrategia clave para alcanzar los objetivos de salud pública orientados a mejorar la calidad de vida y reducir las inequidades en salud (OMS, 2020).

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

JUSTIFICACION

La actividad física en la infancia y la adolescencia no es solo una práctica recreativa: es una intervención central para el desarrollo integral y la prevención de enfermedades a corto y largo plazo. Promover y facilitar el ejercicio regular en estas etapas de la vida contribuye a configurar hábitos saludables que tienden a mantenerse en la adultez, reduciendo la carga de enfermedades crónicas, mejorando la salud mental y potenciando el rendimiento cognitivo y escolar. Por tanto, fomentar la actividad física en niños y jóvenes es una prioridad para la salud pública, la educación y el desarrollo social.

Según la OMS, la práctica regular de actividad física en la infancia y adolescencia es fundamental para mejorar la salud y el bienestar, ya que ayuda a mantener un peso corporal saludable, fortalece el sistema muscular y óseo, y mejora la capacidad cardiorrespiratoria (OMS, 2018). Además, la actividad física en estas etapas promueve el desarrollo de habilidades sociales, fomenta el trabajo en equipo y contribuye al bienestar mental, reduciendo riesgos relacionados con ansiedad, depresión y estrés en jóvenes.

Los hábitos adquiridos en la infancia y adolescencia tienden a pasarse hacia la adultez; por eso, intervenir temprano es el pilar para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles. La OMS recomiendan al menos 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada a vigorosa para niños y adolescentes (5–17 años), y al menos 180 minutos distribuidos a lo largo del día para niños en edad preescolar (3–4 años), incluyendo actividades vigorosas y ejercicios que fortalezcan musculo y hueso al menos 3 veces por semana.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km. Con la población general, se garantizó la hidratación a los asistentes. Las evidencias son listados de asistencias, 3 evidencias fotográficas donde se logra visualizar el número de asistentes, un video de dos minutos de duración, donde se logra evidenciar el desarrollo de la actividad.

Objetivo de la actividad:

Promover el ejercicio mediante ciclo paseo con la población general del municipio de Buenavista.

CRONOGRAMA

N°	FECHA DE REALIZACIÓN:	LUGAR (BARRIO, VEREDA O SITIO)	HORA
1	19/07/25	BUENAVISTA	7 – 9 Am
2	24/07/25	BUENAVISTA	3 – 5 Pm
3	26/07/25	BUENAVISTA	7 – 9 Am
4	31/07/25	BUENAVISTA	3 – 5 Pm

✓ **CONSOLIDACIÓN:**

Actividad: Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km. Con la población general, se garantizó la hidratación a los asistentes.
Participantes Totales: 80

Hombres	Mujeres	Municipio
47	33	Buenavista - Urbano

783

- ✓ **POBLACIÓN BENEFICIARIA:** Población General

- ✓ **COMO SE CONVOCO LA POBLACIÓN:** Mediante instituciones educativas y líderes de la comunidad

- ✓ **DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** El encuentro inició con la presentación del profesional a cargo, quien dio la bienvenida a los participantes y socializó el objetivo del espacio: jornadas de actividad física, ciclo paseo y charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludable. y la importancia de cada uno de estas.

  En la fase práctica, se desarrolló actividades del recorrido del ciclo paseo, con un recorrido de 5k, participaron de forma activa y dinámica a las diferentes actividades propuestas por el profesional.

  El espacio se caracterizó por la participación, el diálogo de saberes y la construcción de aprendizajes significativos, lo cual favoreció un ambiente de confianza y fortalecimiento de vínculos entre los participantes.

LOGROS/RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

- Reconocieron la importancia de la actividad física y una alimentación saludable a tempranas edades.

- Manifestaron de manera abierta sus gustos por las diferentes actividades deportivas en cada uno de los participantes.

- Se generó un espacio participativo y dinámico que favoreció la reflexión, de los beneficios tanto a nivel físico, social y mental.

- ✓ **DIFICULTADES:** Ninguna.

- ✓ **CONTENIDO TEMÁTICO:**

Jornadas ciclo paseo de recorrido de 5k, actividad física y charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludable:

Se explicó la importancia de la actividad fisca es cualquier movimiento que implique gastar energía caminar, correr, bailar, jugar futbol, montar bicicleta, saltar cuerdas entre otros. No se trata solo de hacer ejercicios. También influyen una buena alimentación.

La Organización Mundial de la Salud estableció en sus últimas directrices para la promoción de actividad seis mensajes clave: la actividad física es buena para el corazón, el cuerpo y la mente; cualquier cantidad de actividad física es mejor que ninguna, y cuanta más, mejor; toda actividad física cuenta; el fortalecimiento muscular beneficia a todas las personas; demasiado sedentarismo puede ser malsano; todas las personas pueden beneficiarse de incrementar la actividad física y reducir los hábitos sedentarios.

En ese sentido, el Ministerio de Salud y Protección Social junto con el Ministerio del Deporte vienen trabajando desde 2019 hombro a hombro en el convenio interadministrativo Colombia Vive Saludable "mejores hábitos de vida, un reto de todos", con el objetivo de aunar esfuerzos, físicos, técnicos, administrativos para promover, formular, desarrollar, apoyar, ejecutar y evaluar planes, programas, proyectos, relacionados con el deporte, recreación, hábitos de estilos de vida saludable, bienestar y calidad de vida.

"Este plan es un compendio de acciones para contarle a las personas lo importante que resulta la práctica de la actividad física para su bienestar, y el de sus familias y comunidades, además de desarrollar capacidades a los referentes tanto del sector salud como del de deportes de los territorios, lo que redunda en la optimización de recursos y la calidad de las intervenciones", explicó Sandra Tovar, subdirectora (e) de Enfermedades No Transmisibles del Minsalud.

Asimismo, dijo Tovar que desde hace algunos años producto de estudios en salud y otras áreas del conocimiento, se ha visto que los espacios donde transcurre la vida denominado entornos, también tienen un papel relevante en el estado de salud de las personas y, por tanto, pueden favorecer al desarrollo de la actividad física, que trae beneficios sobre la salud física, mental y convivencia.

"Es factor protector y retardador de enfermedades; permite la prevención y tratamiento de enfermedades no transmisibles y contribuye al bienestar general de las personas y es necesario entenderlo", comentó.

Riesgos

"La inactividad física es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad por enfermedades no transmisibles. Las personas con un nivel insuficiente de actividad física tienen un riesgo de muerte entre un 20% y un 30% mayor en comparación con las personas que alcanzan un nivel suficiente de actividad física", señaló la OMS.

Los modos de vida, indicó la OMS, "son cada vez más sedentarios por el uso del transporte motorizado y la utilización cada vez mayor de pantallas para el trabajo, la educación y las actividades recreativas". Los datos demuestran que un mayor grado de sedentarismo está asociado con los deficientes resultados de salud que se enumeran a continuación:

En los niños y adolescentes:

- Aumento de la adiposidad (aumento de peso).
- Salud cardiometabólica, aptitud física, conducta comportamental/comportamiento social más deficientes.
- Menor duración del sueño.

En los adultos:

- Mortalidad por cualquier causa, mortalidad por enfermedades cardiovasculares y mortalidad por cáncer.
- Incidencia de enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes de tipo 2.

En Colombia se ha venido potenciando el desarrollo de procesos que se obtienen a través del involucramiento del sector salud desde Minsalud con diferentes sectores como son movilidad, deportes, cultura, entre otros.

"Por supuesto, el papel más importante es el de los ciudadanos y ciudadanas que ejercen la participación social directa, gremial o a través de organizaciones sociales, formando parte activa del proceso de construcción de la salud", manifestó Tovar.

Tales procesos de intervención que promueven la actividad física, argumentó la funcionaria, se han efectuado desde varios niveles de influencia, como son:

- El impulso a la generación de políticas que favorezcan la Movilidad Activa y Saludable
- La gestión para el mejoramiento de espacios físicos en todos los niveles territoriales, que incluyen aspectos de urbanismo como los parques, bioparques, centros deportivos, presencia y estructura de aceras, entre otros, que permitan el desplazamiento activo al colegio, al trabajo, al lugar de residencia o el desarrollo de actividades recreo deportivas.
- La inserción de la actividad física a través de la vida cotidiana, por ejemplo, a través del transporte activo (caminar o montar en bicicleta), el aprovechamiento del tiempo libre, las tareas del hogar o laboral.
- El apoyo al aprovechamiento y conservación de entornos naturales para el desarrollo de actividades al aire libre muchas de ellas de exploración y conocimiento.
- La conformación de clubes comunitarios o vecinales para el fortalecimiento del apoyo social.

Siete beneficios de la actividad física regular

1. Hacer ejercicio te ayuda a controlar el peso

El ejercicio puede ayudarte a prevenir el aumento excesivo de peso o a mantener el peso perdido. Cuando realizas una actividad física, quemas calorías. Cuanto más intensa sea la actividad, más calorías quemarás.

Ir al gimnasio con regularidad es estupendo, pero no te preocupes si no tienes mucho tiempo para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para conseguir los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día. Por ejemplo, sube por las escaleras en lugar de utilizar el ascensor o acelera el ritmo al que haces tus tareas domésticas. La constancia es clave.

2. El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades

¿Te preocupan las enfermedades cardíacas? ¿Quieres prevenir la presión arterial alta? Independientemente de tu peso actual, mantenerse activo aumenta el colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés), el colesterol "bueno", y reduce los triglicéridos, que no son saludables. Esta combinación mantiene el flujo sanguíneo, lo que reduce el riesgo para enfermedades cardiovasculares.

El ejercicio regular ayuda a prevenir o controlar muchos problemas de salud y preocupaciones, incluidos:

- Accidente cerebrovascular.
- Síndrome metabólico.
- Presión arterial alta.
- Diabetes tipo 2.
- Depresión.
- Ansiedad.
- Muchos tipos de cáncer.
- Artritis.
- Caídas.

También puede ayudar a mejorar la función cognitiva y contribuye a reducir el riesgo de muerte por todas las causas.

3. El ejercicio mejora el estado de ánimo

¿Necesitas levantar el ánimo? ¿O aliviar la tensión después de un día estresante? Una sesión de gimnasia o un paseo a paso ligero pueden ayudar. La actividad física estimula muchas sustancias químicas cerebrales que pueden hacerte sentir más feliz, más relajado y menos ansioso.

También es posible que te sientas mejor con tu aspecto y contigo mismo cuando haces ejercicio con regularidad, lo que puede aumentar tu confianza y mejorar tu autoestima.

4. El ejercicio aumenta la energía

¿Te agota hacer la compra o las tareas domésticas? La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia.

El ejercicio envía oxígeno y nutrientes a los tejidos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione con mayor eficacia. Cuando la salud del corazón y los pulmones mejora, hay más energía para realizar las tareas cotidianas.

5. Hacer ejercicio promueve un mejor sueño

¿Te cuesta dormir? La actividad física regular puede ayudarte a quedarte dormido más rápido, a dormir mejor y más profundamente. Simplemente no hagas ejercicio demasiado cerca de la hora de acostarte, porque podrías tener demasiada energía como para irte a dormir.

6. El ejercicio vuelve a poner la chispa del entusiasmo en tu vida sexual.

¿Te sientes demasiado cansado o en mal estado físico para disfrutar de la intimidad física? La actividad física regular puede mejorar los niveles de energía y darte más confianza en tu aspecto físico, lo que puede potenciar tu vida sexual.

Pero aún hay más. La actividad física regular puede aumentar la excitación en las mujeres. Por su parte, los hombres que hacen ejercicio regularmente son menos proclives a tener problemas de disfunción eréctil que los que no lo hacen.

7. El ejercicio puede ser divertido ¡y social!

El ejercicio y la actividad física pueden ser divertidos. Te dan la oportunidad de desconectarte, disfrutar del aire libre o simplemente realizar actividades que te hacen feliz. La actividad física también puede ayudarte a conectar con la familia o los amigos en un entorno social divertido.

Así que anótate en clases de baile, sal a hacer senderismo o únete a un equipo de fútbol. Encuentra una actividad física que te guste y hazla. ¿Te aburres? Prueba algo nuevo o haz algo con los amigos o la familia.

Ejercicio para sentirse mejor y divertirse

El ejercicio y la actividad física son excelentes maneras de sentirse mejor, mejorar la salud y divertirse. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. recomienda estas pautas de ejercicio para la mayoría de los adultos sanos:

- **Actividad aeróbica.** Realiza al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada. O bien, realiza al menos 75 minutos de actividad aeróbica vigorosa a la semana. También puedes realizar una combinación equitativa de actividad moderada y vigorosa. Intenta repartir este ejercicio durante varios días o más en una semana.

  Para obtener aún más beneficios para la salud, las pautas sugieren realizar 300 minutos semanales o más de actividad aeróbica moderada. Hacer esta cantidad de ejercicio puede ayudar a perder peso o a mantener el peso perdido. Pero incluso hacer solo un poco de actividad física puede ser útil. Mantenerse activo durante breves periodos de tiempo a lo largo del día puede ser beneficioso para la salud.

- **Fortalecimiento muscular.** Haz ejercicios de fortalecimiento de los principales grupos musculares al menos dos veces por semana. Una serie de cada ejercicio es suficiente para obtener beneficios para la salud y estar en forma. Utiliza una pesa o un nivel de resistencia lo suficientemente fuerte como para que tus músculos se cansen después de unas 12 o 15 repeticiones.

El ejercicio aeróbico moderado incluye actividades como caminar a paso ligero, andar en bicicleta, nadar y cortar el césped.

El ejercicio aeróbico vigoroso incluye actividades como correr, nadar, trabajos pesados de jardinería y baile aeróbico.

Puedes hacer fortalecimiento muscular utilizando máquinas de pesas o pesas libres, tu propio peso corporal, bolsas pesadas o bandas de resistencia. También puedes utilizar paletas de resistencia en el agua o realizar actividades como escalada en roca.

Si quieres perder peso, mantener el peso perdido o alcanzar objetivos específicos de estado físico, es posible que tengas que hacer más ejercicio

CICLO PASEO No 1

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud	ACTA DE CONCERTACIÓN	ESE CAMU PUEBLO NUEVO
	CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 17 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro Jose Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Jairo Soto, representante de Comunidad estudiantil de la zona Urbana del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Charla Sobre la importancia del ejercicio físico y su realización, ejecutar un ciclo paseo de min 5km con la población general del municipio.
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	19/Julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	hidratación, rotafolio, acompañamiento de transporte durante el recorrido.
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación Física
Observaciones	Este tipo de cuentas requieren de mucha precaución por las personas involucradas, ante una posible caida o pinchazo.

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Jairo Jhon Soto R	Nombre:	Emiro Jose Bula V.
Cedula de ciudadanía:	78322059	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	Comunidad estudiantil	Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	310 2108718	Numero de contacto	3235173899
Firma:	Jairo Soto	Firma:	Emiro Jose Bula

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

741

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Boenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 19 julio 2025	Hora de Finalización: 9 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover la importancia de la practica regular del ejercicio fisico como medio para reducir la Prevalencia de Enfermedades Cronicas No transmisibles.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó un ciclo Paseo, con un recorrido de 5 km, dirigido a la población general de la zona Urbano del municipio de Boenavista, Previo al inicio del ciclo Paseo se les Brindó a los Participantes una charla sobre la importancia de la practica regular del ejercicio fisico como medio para reducir la Prevalencia de enfermedades Cronicas No transmisibles, al finalizar la jornada se garantiza la hidratación a todos los asistentes.

Conclusiones

Se logró realizar la charla y el ciclo Paseo, Cumpliendo con lo requerido y con el objetivo.

Recomendaciones

- Realizar Jornadas de Actividad fisica
- Mantener un buen estado fisico.
- Seguir Participando en ciclo Paseos

Responsables de la Actividad

Emiro José Bda
lic. Educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

792

EJE: Atención Primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paseo

DIA:	19	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Julio Rojas	TI	1129809637	3242387272	15	M	H								X	X				X			X		Julio
2	Julieth Arroyo	CC	1067098808	3137116010	30	F	M								X	X			X				X		Julieth A.
3	Gealagus Berrio	TI	1067077583	20685450	8	M	H								X	X				X			X		Gealagus
4	Jhonatan Muñoz	TI	1067077531	3113478232	15	M	H								X	X				X			X		Jhonatan
5	Nosvery Vergara	TI	1128807729	3202581352	15	M	H								X	X				X			X		Nosvery
6	Oliver Duque	TI	1067093919	3217849495	16	M	H								X	X				X			X		Oliver
7	Valeria Santos	TI	1129808025	3146687695	13	F	M								X	X				X			X		Vales.
8	Andres Martinez	TI	1020117957	3009541996	16	M	H								X	X				X			X		Andres F
9	Sara Perez	TI	1067096202	3113216010	10	F	M								X	X				X			X		Sara
10	Bairo Hernandez	TI	7824077	302 273900	5	M	H								X	X			X				X		Bairo Hernandez

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

793

EJE: Atención primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paseo

DIA:	19	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbano

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Maria Sanchez	C.C	1007584051	3103505754	25	F	M								X	X			X				X		Maria Sanchez
2	Valentina Perez	C.C	1067090612	3217024331	21	F	M								X	X			X				X		Valentina
3	Camila Padilla	C.C	1007076040	3146723392	22	F	M								X	X			X				X		Camila
4	Santiago Soto	T.I	1067095446		14	M	H								X	X				X			X		Santi
5	Simon Madri	T.I	1067095252	3004872276	13	M	H								X	X				X			X		Simon
6	Katerin Riquelme	C.C	1067093536	3218668646	19	~~F~~	M								X	X				X			X		Riquelme
7	Mateo Navas	T.I	1129807713	3105363365	15	M	H								X	X				X			X		NAVAS
8	Dayrys Artiaga	T.I	1129808058	3043809133	13	F	M								X	X				X			X		Artiaga
9	Yorgenia Montes	T.I	1067093952	3117263051	17	F	M								X	X				X			X		Yorgina
10	Jesus Otero	C.C	1003338817	3135930888	25	M	H								X	X			X				X		Jesus

794

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Jairo Soto, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 78 322 059, en Representación del Comunidad estudiantil certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Ciclo Paseo y brinde Charla sobre la importancia del ejercicio Físico como medio para reducir la Prevalencia de enfermedades Cronicas no transmisibles en la comunidad de Buenavista., en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista a los 19 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA: Jairo Soto
CEDULA DE CIUDADANÍA: 78322059
CELULAR: 3102108718

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 1

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	19/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 1

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	19/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





797

CICLO PASEO No.2

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud	ACTA DE CONCERTACIÓN	ESE CAMU PUEBLO NUEVO
	CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 21 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro Jose Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Jairo Jhon soto, representante de comunidad estudiantil de la zona Urbana del municipio de Buena vista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Charla sobre la importancia de la actividad física y ejecutar ciclo paseo de min 5km con la población general del municipio.
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	24/Julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	hidratación, rotafolio, transporte para acompañamiento durante el recorrido
Necesidad de talento humano	Lic. en Edución Física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Jairo Jhon Soto R	Nombre:	Emir Jose Bula V.
Cedula de ciudadanía:	78322059	Cedula de ciudadanía:	1007798 374
Entidad:	Comunidad estudiantil	Entidad:	E.S.E CAMU pueblo N
Numero de contacto	3102108718	Numero de contacto	3235173890
Firma:	Jairo soto	Firma:	Emiro Jose Bula.

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

799

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Buenavista	Hora de Inicio: 3 Pm
Fecha: 24 Julio 2025	Hora de Finalización: 5 Pm

Objetivo(s) de la Reunión

Promover la importancia de la Practica regular del ejercicio fisico como medio Para reducir la Prevalencia de enfermedades cronicas no Transmisibles

Desarrollo de la Reunión

se realiza un ciclo Paseo, con un recorrido de 5 Km dirigido a la Poblacion general de la zona urbana del municipio de Buenavista, al inicio del ciclo Paseo se les brinda a los ParticiPantes una charla sobre la importancia de la Practica regular del ejercicio fisico como medio Para reducir la Prevalencia de enfermedades cronicas no transmisibles, al finalizar la jornada se garantiza la hidratacion a todos los asistentes

Conclusiones

se logro realizar la charla y el ciclo Paseo, cumPliendo con lo requerido y con el objetivo

Recomendaciones

- Realizar jornadas de actividad fisica
- Mantener un buen estado fisico
- Seguir ParticiPando en ciclo Paseos

Responsables de la Actividad

Emiro Jose Bula

lic. Educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

880

EJE: Atención Primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo paseo

DIA:	24	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbano

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Rafael Baldovino	T.I	1067094920	3235258958	16	M	H								X	X				X			X		Rafa
2	Santiago soto	T.I	1067095446	3217024331	14	M	H								X	X				X			X		Santiago
3	Simon Madri	T.I	1067095252	3504872276	13	M	H								X	X				X			X		Simon
4	Katerin Riquelme	C.C	1067093536	3218666840	19	F	M								X	X				X			X		Riquelme
5	Mateo Navas	T.I	1129807713	3105363363	15	M	H								X	X				X			X		Navas
6	Daurys Artiaga	T.I	1129808058	3043809133	13	F	M								X	X				X			X		Artiaga
7	yargenia montes.	T.I	1067093952	3117263051	17	F	M								X	X				X			X		Y. montes
8	Sara Perez	T.I	1067096702	3113016610	10	F	M								X	X				X			X		Sara
9	Andrés Martinez	T.I	1020117457	3105514206	16	M	H								X	X				X			X		Andres F
10	Bairo Hernandez	C.C	78.740077	3022739002	50	M	H								X	X				X			X		Bairo Hernandez

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

801

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: ciclo pasto

DIA:	24	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Maria Sanchez	C.C	1007584051		25	F	M								X	X			X			X	X		Maria Sanchez
2	Valentina Perez	C.C	1067090672		21	F	M								X	X			X			X	X		Valentina
3	Camila Padilla	C.C	1007076040		22	F	M								X	X			X			X	X		Camila
4	Jhonatan Muñoz	T.I	1067097531		15	M	H								X	X				X			X		Jhonatan
5	Nosvey Vergara	T.I	1129807729		15	M	H								X	X				X			X		Nosvey
6	Andrei Martinez	T.I	1020117957		16	M	H								X	X				X			X		Andres F
7	Oiver Duque	T.I	1067093919		16	M	H								X	X				X			X		Oiver
8	Valeria Santos	T.I	1129808023		13	F	H								X	X				X			X		Vale S.
9	Samuel Madrid	T.I			13	M	H								X	X				X			X		Samuel
10	Jesús Otero	C.C	1003538817		25	M	H								X	X			X				X		Jesus

802

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Jairo soto, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 78 322 039, en Representación del Comunidad estudiantil certifico que Emiro Jose Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Ciclo paseo y charla sobre la importancia del Ejercicio Físico y la actividad Física como medio para reducir la prevalencia de enfermedades Cronicas no transmisibles en la comunidad de Buenavista, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista a los 24 días del mes de Julio. de 2025.

FIRMA: Jairo Soto
CEDULA DE CIUDADANÍA: 78 322 059
CELULAR: 310 210 87 18

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 2

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	24/07/25
Personas Intervenidas:	Población General

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 2

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	24/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





805

CICLO PASEO No 3

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	ACTA DE CONCERTACIÓN CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 27 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Jissela Humanez, representante de Comunidad estudiantil de la zona Urbana del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Charla sobre la importancia del ejercicio físico y su realización, ejecutar un ciclo paseo de min 5km con la población general del municipio
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	26/julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	hidratación, rotapolio, acompañamiento de transporte durante el recorrido
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación Física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Jissela Humanez	Nombre:	Emiro José Bula V
Cedula de ciudadanía:	1143148939.	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	Comunidad Estudiantil	Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3157880118.	Numero de contacto	3235173899
Firma:	Jissela Hmz	Firma:	Emiro José Bula

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Buenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 26 julio 2025.	Hora de Finalización: 9 am.

Objetivo(s) de la Reunión

Promover la importancia de la Practica regular del ejercicio fisico como medio Para reducir la Prevalencia de enfermedades cronicas no Transmisibles.

Desarrollo de la Reunión

Se realizo un ciclo Paseo, con un recorrido de 5 km dirigido a la Población general de la zona urbana del municipio de Buenavista, al inicio del ciclo Paseo se les brinda a los Participantes una charla sobre la importancia de la Practica regular de ejercicio fisico como medio Para reducir la Prevalencia de enfermedades Cronicas no Transmisibles, al finalizar la jornada se garantiza la hidratacion a todos

Conclusiones

Se logró realizar la charla y el ciclo Paseo, cumpliendo con lo requerido y con el objetivo

Recomendaciones

Realizar jornadas de actividad fisica
Mantener estado fisico Bueno
Seguir Participando en ciclo Paseos

Responsables de la Actividad

Emiro Jose Bula
lic. Educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

808

EJE: Atención Primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo vasco

DIA:	26	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Bonavista	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Eliana Guevara	T.I	1129808053		13	F	M								X	X				X			X		Eliana
2	Ever salgado	T.I	1129807893	3127911715	14	M	H								X	X				X			X		Ever
3	Samuel Arrieta	T.I	1023642520		14	M	H								X	X				X			X		Samuel
4	Jesus Atencia	T.I	1067096571		11	M	H								X	X				X			X		Jesus A.
5	Eli Mendoza	T.I	1067094787	3218389264	12	F	M								X	X				X			X		El. M
6	Julio Rojas	T.I	1129867637	3242872722	15	M	H								X	X				X			X		Julio
7	Jhonatan Muños	T.I	1067097531	3113485232	15	M	H								X	X				X			X		Jhonatan
8	Hanna Baquero	T.I	1129809034		13	F	M								X	X				X			X		Hanna
9	Valeria Bonilla	T.I	1129809031	3234493536	12	F	M								X	X				X			X		Valeria
10	Marcela Guerrero	T.I	1067096290	3235132685	11	F	M								✓	X				X			X		Marcela

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

809

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paseo

DIA:	26	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbano

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Olga Diaz	T.I	1038485395	3046099892	11	F	M								X	X				X			X		Olga Diaz
2	Moises Vergara	T.I	1129809191	3232203393	15	M	H								X	X				X			X		Moises V
3	Oscar Caicedo	T.I	1129807753	3245457352	11	M	H								X	X				X			X		Oscar Caicedo
4	Santiago Soto	T.I	1067095446	3217084331	14	M	H								X	X				X			X		Santi Soto
5	Kelver Suarez	T.I	1129807536	3107442266	16	M	H								X	X				X			X		Kelver Suarez
6	Marlon Guerra	T.I	1067090586	3219540993	16	M	H								X	X				X			X		Marlon
7	Jeison Berrio	T.I	1067095578	3133770543	13	M	H								X	X				X			X		Jeison
8	Darwin Berrio	T.I	1067096628	3042452035	11	M	H								X	X				X			X		Darwin B.
9	Alexia Florez	T.I	1067096424		12	F	M								X	X				X			X		Alexia
10	Emili lopez	T.I	1062979159		11	F	M								X	X				X			X		Emili lopez

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

310

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Jissela Humanez, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 1143148939, en Representación del Comunidad estudiantil., certifico que Emiro Jose Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: ciclo paseo y hablo sobre la importancia del ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades cronicas no transmisible en la comunidad de Buenavista., en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista a los 26 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA: Jissela Humanez
CEDULA DE CIUDADANÍA: 1143148939.
CELULAR: 3157880118.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 3

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	26/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 3

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	26/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 3

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	26/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





CICLO PASEO No 4

315

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 24 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro Jose Bulo Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Dairo Garcia, representante de Comunidad Estudiantil de la zona Urbana del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Charla sobre la importancia de la actividad física y ejecular ciclo paseo de min 5km, con hidratación al ol participante
Eje/Dimensión	Atención primaria en Salud
Fecha propuesta	31/Julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	hidratación, rotafolio, acompañamiento de transporte
Necesidad de talento humano	Lic. Educación. Física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	DAIRO GARCIA	Nombre:	Emiro Jose Bulo
Cedula de ciudadanía:	78765043	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:		Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3102162347	Numero de contacto	3235173899
Firma:		Firma:	Emiro Jose Bulo

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

3/6

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Buenavista	Hora de Inicio: 3 pm
Fecha: 31 julio 2025	Hora de Finalización: 5 pm

Objetivo(s) de la Reunión

Promover la importancia de la Practica regular del ejercicio fisico como medio Para reducir la Prevalencia de enfermedades cronicas no Transmisibles.

Desarrollo de la Reunión

Se realizo un ciclo Paseo, con un recorrido de 5Km dirigido a la Poblacion general de la zona urbana del municipio de Buenavista, al inicio del ciclo Paseo se les brinda a los Participantes una charla sobre la importancia de la Practica regular de ejercicio fisico como medio Para reducir la Prevalencia de enfermedades cronicas no Transmisibles, al finalizar la jornada se garantiza la hidratacion a todos los asistentes

Conclusiones

se logró realizar la charla y el ciclo Paseo, Cumpliendo con lo requerido y con el objetivo

Recomendaciones

Realizar jornadas de actividad fisica
Mantener estado fisico Bueno
seguir Participando en ciclo Paseos

Responsables de la Actividad

Emiro Jose Bula

Lic. Educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

PIC Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

817

EJE: Atención primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo paseo

DIA:	31	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Darwi Berrio	T.I	1067096628	3042452035	11	M	H								X	X				X			X		Dawin B.
2	Jeison Berrio	T.I	1067095628	3137705443	13	M	H								X	X				X			X		Jeison
3	Olga Diaz	T.I	1038485395	3046099892	11	F	M								X	X				X			X		Olga Diaz
4	Oscar Caicedo	T.I	1129807733	3245457352	11	M	H								X	X				X			X		oscar caicedo
5	Keiver Suarez	T.I	1129807536	3107442266	16	M	H								X	X				X			X		Keiver Suarez
6	Eliana Guevara	T.I	1129808053		13	F	M								X	X				X			X		Eliana
7	Julio Rojas	T.I	1129807637	3241287272	15	M	H								X	X				X			X		Julio
8	Hanna Baquero	T.I	1129809034		13	F	M								X	X				X			X		Hanna
9	Marcela Guerrero	T.I	1067096290	3235132683	11	F	M								X	X				X			X		Marcela
10	Marlon Guerra	T.I	1067970586	3219540993	16	M	H								Y	X				X			X		Marlon

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic — Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

878

EJE: Atención Primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo paseo

DIA:	31	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Bonanista	ZONA:	Urbano

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Emili lopez	T.I	1062979159		11	F	M									X				X			X		Emili lopez
2	Moises Vergara	T.I	1129809191	3232203393	15	M	H									x				x			x		Moises V
3	Alexia Florez	T.I	1067096424		12	F	M									x				x			x		Alexia
4	Santiago soto	T.I	1067095446	3217084331	14	M	H									x				x			x		Santi soto
5	Ever salgado	T.I	1129807893	3127911715	14	M	H									x				x			x		Ever
6	Elí mendoza	T.I	1067094787	3218389264	12	F	M									x				x			x		Eli. M
7	Samuel Arrieta	T.I	1023642520		14	M	H									x				x			x		Samuel
8	Valeria Bonilla	T.I	1129809031	3234493536	12	F	M									x				x			x		Valeria
9	Jhonatan Muñoz	T.I	1067097531	3113485232	15	M	H									x				x			x		Jhonatan
10	Jesus Alencio	T.I	1067096571		11	M	H									x				x			x		Jesus A.

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

819

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Doiro Garcia, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 78325040, en Representación del Comunidad Estudiantil, certifico que Emiro Jose Bula vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Ciclo paseo y charla sobre la importancia del ejercicio físico y la actividad física como medio para reducir la Prevalencia de enfermedades cronicas no transmisibles en la comunidad de Buenavista., en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista a los 31 días del mes de Julio. de 2025.

FIRMA:
CEDULA DE CIUDADANÍA: 78325040
CELULAR: 3102162347

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 4

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	31/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 4

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	31/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA
Ciclo paseo No. 4

Se realizó ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo se realizó una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contó con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido fue mínimo de 5 km.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	31/07/25
Personas Intervenidas:	Población general

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD

Realizar ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo hacer una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contará con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido será mínimo de 5 km. Con la población general, se garantiza hidratación a los asistentes. Las evidencias serán listados de asistencias, 3 evidencias fotográficas donde se logre visualizar el número de asistentes, un video de dos minutos de duración, donde se logre evidenciar el desarrollo de la actividad, factura de la compra del agua.

324

ZONA RURAL

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

INTRODUCCION

La intervención de programas de actividad física en las instituciones educativas resulta fundamental para enseñar sobre la importancia y beneficios de esta misma y facilitar la adopción de condiciones y hábitos de vida saludable en estudiantes de infancia y adolescencia. Al fomentar la participación activa en actividades físicas no solo impacta en la salud física, sino que también promueve habilidades sociales, trabajo en equipo, respeto por los demás y una mayor autoestima. Como destaca Bailey (2006), el ejercicio en grupo favorece el desarrollo de competencias sociales y contribuye a mejorar la convivencia escolar, creando un ambiente propicio para el aprendizaje y el desarrollo integral. Además, establecer rutinas de actividad física durante estas etapas contribuye a la formación de una cultura de salud que puede extenderse a la vida adulta, reduciendo los riesgos asociados a estilos de vida sedentarios que tiende a causar enfermedades crónicas no trasmisibles.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce la actividad física como un componente esencial para el bienestar integral, especialmente en la infancia y adolescencia. La OMS establece que la participación en actividades físicas regulares en estas etapas del ciclo vital son fundamentales para promover la salud, prevenir enfermedades y fomentar estilos de vida saludables (OMS, 2010). La importancia de la actividad física en estas edades radica en su impacto positivo en el desarrollo físico, psicológico y social de los jóvenes, contribuyendo a reducir la carga de morbilidad asociada a estilos de vida sedentarios. Promover hábitos de actividad física en niños y adolescentes es una estrategia clave para alcanzar los objetivos de salud pública orientados a mejorar la calidad de vida y reducir las inequidades en salud (OMS, 2020).

JUSTIFICACION

La actividad física en la infancia y la adolescencia no es solo una práctica recreativa: es una intervención central para el desarrollo integral y la prevención de enfermedades a corto y largo plazo. Promover y facilitar el ejercicio regular en estas etapas de la vida contribuye a configurar hábitos saludables que tienden a mantenerse en la adultez, reduciendo la carga de enfermedades crónicas, mejorando la salud mental y potenciando el rendimiento cognitivo y escolar. Por tanto, fomentar la actividad física en niños y jóvenes es una prioridad para la salud pública, la educación y el desarrollo social.

Según la OMS, la práctica regular de actividad física en la infancia y adolescencia es fundamental para mejorar la salud y el bienestar, ya que ayuda a mantener un peso corporal saludable, fortalece el sistema muscular y óseo, y mejora la capacidad cardiorrespiratoria (OMS, 2018). Además, la actividad física en estas etapas promueve el desarrollo de habilidades sociales, fomenta el trabajo en equipo y contribuye al bienestar mental, reduciendo riesgos relacionados con ansiedad, depresión y estrés en jóvenes.

Los hábitos adquiridos en la infancia y adolescencia tienden a pasarse hacia la adultez; por eso, intervenir temprano es el pilar para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles. La OMS recomiendan al menos 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada a vigorosa para niños y adolescentes (5–17 años), y al menos 180 minutos distribuidos a lo largo del día para niños en edad preescolar (3–4 años), incluyendo actividades vigorosas y ejercicios que fortalezcan musculo y hueso al menos 3 veces por semana.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD

Realizar ciclo paseo durante la vigencia del convenio en el microterritorio urbano, previo a cada ciclo paseo hacer una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contará con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido será mínimo de 5 km. Con la población general, se garantiza hidratación a los asistentes. Las evidencias serán listados de asistencias, 3 evidencias fotográficas donde se logre visualizar el número de asistentes, un video de dos minutos de duración, donde se logre evidenciar el desarrollo de la actividad, factura de la compra del agua.

Objetivo de la actividad:

Promover el ejercicio mediante ciclo paseo con la población general del municipio de Buenavista y la zona rural de Tierra Santa.

CRONOGRAMA

N°	FECHA DE REALIZACIÓN:	LUGAR (BARRIO, VEREDA O SITIO)	HORA
1	09/07/25	TIERRA SANTA – LAS MARIAS	2 – 4 PM
2	11/07/25	TIERRA SANTA – EL CAÑO	7 – 9 AM
3	14/07/25	LAS MARIAS – CIENAGA	2 - 4 PM

- ✓ **CONSOLIDACIÓN:**

Actividad: Realizar ciclo paseos en el micro-territorio urbano, previo a cada ciclo paseo hacer una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, se contará con la asistencia mínima de 20 participantes, el recorrido será mínimo de 5 km. Con la población general		
Participantes Totales: 67		
Hombres	**Mujeres**	**Municipio**
49	18	Buenavista – Zona Rural

- ✓ **POBLACIÓN BENEFICIARIA:** Población General

- ✓ **COMO SE CONVOCO LA POBLACIÓN:** Mediante concertaciones realizadas con coord. de instituciones educativas y líderes de la comunidad.

- ✓ **DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** El encuentro inició con la presentación del profesional a cargo, quien dio la bienvenida a los participantes y socializó el objetivo del espacio: jornadas de actividad física, ciclo paseo y charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludable. y la importancia de cada uno de estas.

En la fase práctica, se desarrolló actividades del recorrido del ciclo paseo, con un recorrido de 5k, participaron de forma activa y dinámica a las diferentes actividades propuestas por el profesional.

El espacio se caracterizó por la participación activa, el diálogo de saberes y la construcción de aprendizajes significativos, lo cual favoreció un ambiente de confianza y fortalecimiento de vínculos entre los participantes.

LOGROS/RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

- Reconocieron la importancia de la actividad física y una alimentación saludable a tempranas edades.
- Manifestaron de manera abierta sus gustos por las diferentes actividades deportivas en cada uno de los participantes.
- Se generó un espacio participativo y dinámico que favoreció la reflexión, de los beneficios tanto a nivel físico, social y mental

✓ **DIFICULTADES:** Ninguna.

CONTENIDO TEMÁTICO:

Jornadas ciclo paseo de recorrido de 5k, actividad física y charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludable:

Se explicó la importancia de la actividad fisca es cualquier movimiento que implique gastar energía caminar, correr, bailar, jugar futbol, montar bicicleta, saltar cuerdas entre otros. No se trata solo de hacer ejercicios. También influyen una buena alimentación.

La Organización Mundial de la Salud estableció en sus últimas directrices para la promoción de actividad seis mensajes clave: la actividad física es buena para el corazón, el cuerpo y la mente; cualquier cantidad de actividad física es mejor que ninguna, y cuanta más, mejor; toda actividad física cuenta; el fortalecimiento muscular beneficia a todas las personas; demasiado sedentarismo puede ser malsano; todas las personas pueden beneficiarse de incrementar la actividad física y reducir los hábitos sedentarios.

En ese sentido, el Ministerio de Salud y Protección Social junto con el Ministerio del Deporte vienen trabajando desde 2019 hombro a hombro en el convenio interadministrativo Colombia Vive Saludable "mejores hábitos de vida, un reto de todos", con el objetivo de aunar esfuerzos, físicos, técnicos, administrativos para promover, formular, desarrollar, apoyar, ejecutar y evaluar planes, programas, proyectos, relacionados con el deporte, recreación, hábitos de estilos de vida saludable, bienestar y calidad de vida.

"Este plan es un compendio de acciones para contarle a las personas lo importante que resulta la práctica de la actividad física para su bienestar, y el de sus familias y comunidades, además de desarrollar capacidades a los referentes tanto del sector salud como del de deportes de los territorios, lo que redunda en la optimización de recursos y la calidad de las intervenciones", explicó Sandra Tovar, subdirectora (e) de Enfermedades No Transmisibles del Minsalud.

Asimismo, dijo Tovar que desde hace algunos años producto de estudios en salud y otras áreas del conocimiento, se ha visto que los espacios donde transcurre la vida denominado entornos, también tienen un papel relevante en el estado de salud de las personas y, por tanto, pueden favorecer al desarrollo de la actividad física, que trae beneficios sobre la salud física, mental y convivencia.

"Es factor protector y retardador de enfermedades; permite la prevención y tratamiento de enfermedades no transmisibles y contribuye al bienestar general de las personas y es necesario entenderlo", comentó.

Riesgos

"La inactividad física es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad por enfermedades no transmisibles. Las personas con un nivel insuficiente de actividad física tienen un riesgo de muerte entre un 20% y un 30% mayor en comparación con las personas que alcanzan un nivel suficiente de actividad física", señaló la OMS.

Los modos de vida, indicó la OMS, "son cada vez más sedentarios por el uso del transporte motorizado y la utilización cada vez mayor de pantallas para el trabajo, la educación y las actividades recreativas". Los datos demuestran que un mayor grado de sedentarismo está asociado con los deficientes resultados de salud que se enumeran a continuación:

En los niños y adolescentes:

- Aumento de la adiposidad (aumento de peso).
- Salud cardiometabólica, aptitud física, conducta comportamental/comportamiento social más deficientes.
- Menor duración del sueño.

En los adultos:

- Mortalidad por cualquier causa, mortalidad por enfermedades cardiovasculares y mortalidad por cáncer.
- Incidencia de enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes de tipo 2.

En Colombia se ha venido potenciando el desarrollo de procesos que se obtienen a través del involucramiento del sector salud desde Minsalud con diferentes sectores como son movilidad, deportes, cultura, entre otros.

"Por supuesto, el papel más importante es el de los ciudadanos y ciudadanas que ejercen la participación social directa, gremial o a través de organizaciones sociales, formando parte activa del proceso de construcción de la salud", manifestó Tovar.

Tales procesos de intervención que promueven la actividad física, argumentó la funcionaria, se han efectuado desde varios niveles de influencia, como son:

- El impulso a la generación de políticas que favorezcan la Movilidad Activa y Saludable
- La gestión para el mejoramiento de espacios físicos en todos los niveles territoriales, que incluyen aspectos de urbanismo como los parques, bioparques, centros deportivos, presencia y estructura de aceras, entre otros, que permitan el desplazamiento activo al colegio, al trabajo, al lugar de residencia o el desarrollo de actividades recreo deportivas.
- La inserción de la actividad física a través de la vida cotidiana, por ejemplo, a través del transporte activo (caminar o montar en bicicleta), el aprovechamiento del tiempo libre, las tareas del hogar o laboral.

- El apoyo al aprovechamiento y conservación de entornos naturales para el desarrollo de actividades al aire libre muchas de ellas de exploración y conocimiento.
- La conformación de clubes comunitarios o vecinales para el fortalecimiento del apoyo social.

Siete beneficios de la actividad física regular

1. Hacer ejercicio te ayuda a controlar el peso

El ejercicio puede ayudarte a prevenir el aumento excesivo de peso o a mantener el peso perdido. Cuando realizas una actividad física, quemas calorías. Cuanto más intensa sea la actividad, más calorías quemarás.

Ir al gimnasio con regularidad es estupendo, pero no te preocupes si no tienes mucho tiempo para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para conseguir los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día. Por ejemplo, sube por las escaleras en lugar de utilizar el ascensor o acelera el ritmo al que haces tus tareas domésticas. La constancia es clave.

2. El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades

¿Te preocupan las enfermedades cardíacas? ¿Quieres prevenir la presión arterial alta? Independientemente de tu peso actual, mantenerse activo aumenta el colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés), el colesterol "bueno", y reduce los triglicéridos, que no son saludables. Esta combinación mantiene el flujo sanguíneo, lo que reduce el riesgo para enfermedades cardiovasculares.

El ejercicio regular ayuda a prevenir o controlar muchos problemas de salud y preocupaciones, incluidos:

- Accidente cerebrovascular.
- Síndrome metabólico.
- Presión arterial alta.
- Diabetes tipo 2.
- Depresión.
- Ansiedad.
- Muchos tipos de cáncer.
- Artritis.
- Caídas.

También puede ayudar a mejorar la función cognitiva y contribuye a reducir el riesgo de muerte por todas las causas.

3. El ejercicio mejora el estado de ánimo

¿Necesitas levantar el ánimo? ¿O aliviar la tensión después de un día estresante? Una sesión de gimnasia o un paseo a paso ligero pueden ayudar. La actividad física estimula muchas sustancias químicas cerebrales que pueden hacerte sentir más feliz, más relajado y menos ansioso.

También es posible que te sientas mejor con tu aspecto y contigo mismo cuando haces ejercicio con regularidad, lo que puede aumentar tu confianza y mejorar tu autoestima.

4. El ejercicio aumenta la energía

¿Te agota hacer la compra o las tareas domésticas? La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia.

El ejercicio envía oxígeno y nutrientes a los tejidos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione con mayor eficacia. Cuando la salud del corazón y los pulmones mejora, hay más energía para realizar las tareas cotidianas.

5. Hacer ejercicio promueve un mejor sueño

¿Te cuesta dormir? La actividad física regular puede ayudarte a quedarte dormido más rápido, a dormir mejor y más profundamente. Simplemente no hagas ejercicio demasiado cerca de la hora de acostarte, porque podrías tener demasiada energía como para irte a dormir.

6. El ejercicio vuelve a poner la chispa del entusiasmo en tu vida sexual.

¿Te sientes demasiado cansado o en mal estado físico para disfrutar de la intimidad física? La actividad física regular puede mejorar los niveles de energía y darte más confianza en tu aspecto físico, lo que puede potenciar tu vida sexual.

Pero aún hay más. La actividad física regular puede aumentar la excitación en las mujeres. Por su parte, los hombres que hacen ejercicio regularmente son menos proclives a tener problemas de disfunción eréctil que los que no lo hacen.

7. El ejercicio puede ser divertido ¡y social!

El ejercicio y la actividad física pueden ser divertidos. Te dan la oportunidad de desconectarte, disfrutar del aire libre o simplemente realizar actividades que te hacen feliz. La actividad física también puede ayudarte a conectar con la familia o los amigos en un entorno social divertido.

Así que anótate en clases de baile, sal a hacer senderismo o únete a un equipo de fútbol. Encuentra una actividad física que te guste y hazla. ¿Te aburres? Prueba algo nuevo o haz algo con los amigos o la familia.

Ejercicio para sentirse mejor y divertirse

El ejercicio y la actividad física son excelentes maneras de sentirse mejor, mejorar la salud y divertirse. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. recomienda estas pautas de ejercicio para la mayoría de los adultos sanos:

- **Actividad aeróbica.** Realiza al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada. O bien, realiza al menos 75 minutos de actividad aeróbica vigorosa a la semana. También puedes realizar una combinación equitativa de actividad moderada y vigorosa. Intenta repartir este ejercicio durante varios días o más en una semana.

  Para obtener aún más beneficios para la salud, las pautas sugieren realizar 300 minutos semanales o más de actividad aeróbica moderada. Hacer esta cantidad de ejercicio puede ayudar a perder peso o a mantener el peso perdido. Pero incluso hacer solo un poco de actividad física puede ser útil. Mantenerse activo durante breves periodos de tiempo a lo largo del día puede ser beneficioso para la salud.

- **Fortalecimiento muscular.** Haz ejercicios de fortalecimiento de los principales grupos musculares al menos dos veces por semana. Una serie de cada ejercicio es suficiente para obtener beneficios para la salud y

estar en forma. Utiliza una pesa o un nivel de resistencia lo suficientemente fuerte como para que tus músculos se cansen después de unas 12 o 15 repeticiones.

El ejercicio aeróbico moderado incluye actividades como caminar a paso ligero, andar en bicicleta, nadar y cortar el césped.

El ejercicio aeróbico vigoroso incluye actividades como correr, nadar, trabajos pesados de jardinería y baile aeróbico.

Puedes hacer fortalecimiento muscular utilizando máquinas de pesas o pesas libres, tu propio peso corporal, bolsas pesadas o bandas de resistencia. También puedes utilizar paletas de resistencia en el agua o realizar actividades como escalada en roca.

Si quieres perder peso, mantener el peso perdido o alcanzar objetivos específicos de estado físico, es posible que tengas que hacer más ejercicio.

CICLO PASEO No.1

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	**ACTA DE CONCERTACIÓN** **CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 04 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Hipolito Moreno Serpa, representante de Comunidad Estudiantil de la zona Rural - Tierra Santa del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Charla sobre la importacia de la actividad Física y ejecutar ciclo paseo de minimo 5km, con hidratación a los participantes
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	09/07/2025
Necesidad de apoyo logístico	Rotafolio, hidratación, transporte
Necesidad de talento humano	Lic. en educación física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Hipolito Moreno Serpa	Nombre:	Emiro Jose Bula V
Cedula de ciudadanía:	8048006	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	Comunidad Estudiantil	Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3126382956	Numero de contacto	3235173899
Firma:		Firma:	

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Coto Tierra Santa - las Manas Buenavista	Hora de Inicio: 2 pm
Fecha: 9 julio 2025.	Hora de Finalización: 4 pm.

Objetivo(s) de la Reunión

Promover la importancia de la practica regular del ejercicio fisico como reducir la prevalencia de enfermedades Cronicas No transmisibles.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó un ciclo paseo, con un recorrido de 5 Km dirigido a la poblacion general de la zona Rural del municipio de Buenavista, Previo al Inicio del ciclo paseo se les brindó a los participantes, una charla sobre la importancia de la practica regular del ejercicio fisico como medio para prevenir y reducir la prevalencia de enfermedades Cronicas No transmisibles. al finalizar la jornada se garantiza la hidratacion a todos los asistentes.

Conclusiones

Se logro realizar la Charla y el ciclo paseo, Cumpliendo con lo requerido y Compliendo a cabalidad con el objetivo.

Recomendaciones

- Realizar jornadas de actividad fisica
- mantener un buen estado fisico.
- seguir participando en ciclo paseos

Responsables de la Actividad

Emin Bolu
Lic. Educ. Fisica.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic — Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

EJE: Atención Primaria en Salud

836

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paso

DIA:	09	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista - Tierra santa	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Silvana García	TI	1129808554		9	F	M								X	X				X			X		Silvana
2	Rafael Ruiz	TI	1067406707		12	M	H								X	X				X			X		Rafael
3	Dilan Genes	TI	1067096788		11	M	H								X	X				X			X		dilan
4	Jose Luis Muñoz	TI	1125961134		9	M	H								X	X				X			X		Jose
5	Maryeray Morales	TI	1067095 70		8	F	M								X	X				X			X		Maryeray
6	Oscar Genes	TI	1067097610		8	M	H								X	X				X			X		oscar
7	Xavier Castillo	NES	N4245560533		9	M	H								X	X				X			X		xavier
8	Isabela Vergara	TI	1129809518		8	F	M								X	X				X			X		Isa
9	José Mario Vanegas	TI	1067097416		9	M	H								X	X				X			X		Jose
10	Javier Feria	TI	1028407554		9	M	H								X	X				X			X		Javier

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

PIC Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

837

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paseo

DIA:	09	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista – T. Santa	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Samuel Palencia	T.I	1067097040		10	M	H								X	X				X			X		Samuel
2	Jesús Trespalacios	T.I	1067945039		11	M	H								X	X				X			X		Jesus
3	José Daniel Pérez	T.I	1067096688		11	M	H								X	X				X			X		Josc
4	Celeny Guerra	T.I	1067096017		12	F	M								X	X				X			X		Celeny
5	Hanna Sierra	T.I	1129809240		11	F	M								X	X				X			X		Hanna
6	Mariana Oviedo	T.I	1011406792		12	F	M								X	X				X			X		Mariana
7	Ana Sofía Jiménez	T.I	1032025684		11	F	M								X	X				X			X		A.S
8	Esilda Vega	T.I	1038128460		12	F	M								X	X				X			X		E.V
9	Farid Chacón	T.I	1129809354		9	M	H								X	X				X			X		FARID
10	Sebastian Osorio	T.I	1141722745		11	M	H								X	X				X			X		sebastian

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

838

EJE: Primera atención en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paso

DIA:	09	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista – Tierra santa	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Rafael Martinez	T.I	1129809199	- - -	11	M	H								X	X				X			X		Rafa Martinez
2																									
3																									
4																									
5																									
6																									
7																									
8																									
9																									
10																									

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

839

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Hipolito Moreno, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 8048446, en Representación del Comunidad Estudiantil, certifico que Emiro Jose Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Ciclo Paseo y charla sobre la importancia del ejercicio Físico como medio paso reducir la prevalencia de enfermedades cronicas no transmisibles en la comunidad de Buenavista en zona rural., en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista – T. santa a los 09 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA: Hipalitomoreno
CEDULA DE CIUDADANÍA: 8048446
CELULAR: 3126382936.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Ciclo paseo No. 1

DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	09/07/25
Personas Intervenidas:	Población general





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Ciclo paseo No. 1

DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	09/07/25
Personas Intervenidas:	Población general





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

CICLO PASEO No.2

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	**ACTA DE CONCERTACIÓN** **CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 04 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Daniel Vergara, representante de Comunidad Estudiantil de la zona Rural – T. santa del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Charla sobre la importancia del Ejercicio físico y actividad física para la salud y realizar ciclo paseo de minimo 5km
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	11/Julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	Si, Rotafolio, hidratación, transporte
Necesidad de talento humano	Lic en Educación física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Daniel Vergara M.	Nombre:	Emiro BULA
Cedula de ciudadanía:	1577626213	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	IE TIERRA SANTA	Entidad:	ESE CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3135412392	Numero de contacto	3235173899
Firma:	Daniel Vergara M.	Firma:	Emiro José BULA

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Cpto Nueva Santa - El Caño Buenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 11 julio 2025	Hora de Finalización: 9 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover la importancia de la practica regular del ejercicio Fisico como reducir la prevalencia de enfermedades cronicas No trasmisibles.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó un ciclo paseo, con un recorrido de 5 Km dirigido a la población general. de la zona Rural del municipio de Buenavista, previo al inicio del ciclo Paseo se les brindó a los participantes, una charla sobre la importancia de la practica regular del ejercicio Fisico como medio para prevenir y Reducir la prevalencia de enfermedades cronicas No transmisibles al Finalizar la Jornada se garantiza la Hidratacion a todos los Asistentes

Conclusiones

Se logro realizar la charla y el ciclo paseo, cumpliendo con lo requerido y cumpliendo a cabalidad. con el objetivo

Recomendaciones

Realizar Jornadas de actividad Fisica
- Mantener un buen estado Fisico
- seguir participando en ciclo Paseos

Responsables de la Actividad

Emiro Bula
lic Educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

845

EJE: Atencion primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo paseo

DIA:	11	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista - Tierra santa	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Neuder Buena	TI	1129807743		15	M	H								X	X				X			X		Neuder
2	Oscar Henao	TI	1067987777		15	M	H								X	X				X			X		henao
3	Gabriel Severiche	TI	1102121469		14	M	H								X	X				X			X		Gabriel S
4	Victor martinez	TI	1067094947		14	M	H								X	X				X			X		Victor
5	Joel fuentes	TI	1067005293		13	M	H								X	X				X			X		Joel
6	Juan osorio	TI	1129807669		16	M	H								X	X				X			X		Juan
7	Angel yanes	TI	1066742064		14	M	H								X	X				X			X		Angel
8	Mateo Ruiz	TI	1067094931		14	M	H								X	X				X			X		mateo
9	Yesneyth vega	TI	1038119747		14	F	M								X	X				X			X		yesberyth
10	Juan Zuluaga	TI	1138038972		11	M	H								X	X				X			X		Juan

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic — Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

896

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo paseo

DIA:	11	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista – Tierra santa	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Juan TORO	TI	1067093553		13	M	H								X	X				X			X		Juan José
2	Samuel mendoza	TI	1129309369		16	M	H								X	X				X			X		Samuel
3	Andres cadrazco	TI	1063297785		13	M	H								X	X				X			X		Andre
4	Alejandro Guerrero	TI	1245449076		15	M	H								X	X				X			X		Alejandro
5	Yojan Saenz	TI	1062094612		15	M	H								X	X				X			X		Yojan
6	Jorge Saenz	TI	1148695817		14	M	H								X	X				X			X		Jorge
7	Valeria Baldiri	TI	1066734021		17	F	M								X	X				X			X		valeria
8	Yadis Martinez	TI	1067083778		16	F	M								X	X				X			X		Yadis
9	Maria Reyes	TI	1069489956		14	F	M								X	X				X			X		Mariangel
10	Yanelis Quintero	TI	1067896288		16	F	M								X	X				X			X		Yanelis

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

847

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paseo - Tis

DIA:	11	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Barrevista – Tierra santa	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Luis Beltran	TI	1129309331		14	M	H								X	X				X			X		Luis
2	Jose Genes	TI	1129308021		12	M	H								X	X				X			X		Jose
3	Jose Hoyos	TI	1067095650		13	M	H								X	X				X			X		Jose
4	Mauricio Muñoz	TI	1067095382		13	M	H								X	X				X			X		Mauricio
5																									
6																									
7																									
8																									
9																									
10																									

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Daniel Vergara, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 15726213, en Representación del Comunidad estudiantil, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Ciclo paseo y charla sobre la importancia del ejercicio físico y actividad física como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles en la comunidad, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista a los 11 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA: Daniel Vergara M
CEDULA DE CIUDADANÍA: 15726213
CELULAR: 3135412392

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Ciclo paseo No. 2
DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	11/07/25
Personas Intervenidas:	Población General





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Ciclo paseo No. 2
DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	11/07/25
Personas Intervenidas:	Población General





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Ciclo paseo No. 2
DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	11/07/25
Personas Intervenidas:	Población General





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

CICLO PASEO No.3

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	ACTA DE CONCERTACIÓN CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 04 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Ricardo Pereira, representante de Comunidad estudiantil de la zona Rural - Tierra santa del municipio de Buenavista., con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Charla sobre la importancia del ejercicio físico y actividad física para la salud y ejecución de ciclo paseo de mínimo 5 km
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	14/07/2025
Necesidad de apoyo logístico	Si, Rotafolio, hidratación, transporte
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación Física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Ricardo Pereira	Nombre:	Emiro Bula
Cedula de ciudadanía:	1065007165	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:		Entidad:	ESE. CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3092198668	Numero de contacto	3235173891
Firma:	Ricardo P.	Firma:	Emiro José Bula

254

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Vereda las Marias - Cienaga Buenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 14 Julio 2025	Hora de Finalización: 9 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover la importancia de la practica regular del Ejercicio Fisico como reducir la prevalencia de Enfermedades Cronicas No trasmisibles.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó un ciclo paseo, con un recorrido de 5 km dirigido a la poblacion general de la zona Rural del Municipio de Buenavista, previo al Inicio del ciclo paseo Seles brindo a los participantes, una charla sobre la importancia de la practica regular del Ejercicio Fisico como medio para prevenir y reducir la prevalencia de Enfermedades Cronicas No transmisibles al Finalizar la Jornada, se garantiza la Hidratacion a todos los asistentes.

Conclusiones

Se logro realizar la charla y el ciclo paseo, cumpliendo con lo requerido y cumpliendo a cabalidad con el objetivo.

Recomendaciones

- Realizar Jornadas de actividad Fisica.
- mantener un buen Estado Fisico.
- Seguir participando en ciclo paseo.

Responsables de la Actividad

Emiro Bula
Lic. Educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

855

EJE: Atención Primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo Paseo

DIA:	14	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Tierra Santa - Las marias	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Oscar Rodriguez	TI	1129807809O	3233706933	14	M	H								X	X				X			X		Oscar Julio
2	Robenardo Diaz Aguirre	TI	1007096273	3203892183	12	M	H								X	X				X			X		X
3	Alejandra Diaz Aguirre	TI	1067094832	3502227177	14	M	H								X	X				X			X		Alejandra Diaz
4	Adriana Rivera Estrada	TI	1129809029		12	M	H								X	X				X			X		Adrian rivera
5	Yonara Rivera Martinez	R.C.	1124889743	3241809464	5	F	M								X	X				X			X		Yonara
6	Sebastian Mejia Reos	TI	1129809018		12	M	H								X	X				X			X		Sebastian mejia
7	Luis carlos Morales Gonzalez	TI	1067097090	3106900006	10	M	H								X	X				X			X		Luis carlos
8	Marcos Daniel Flores pacheco	TI	1067093539	3102634857	16	M	H								X	X				X			X		Marcos Flores
9	Joel Zuleta Avila.	TI	1129807488	3236824795	5	M	H								X	X				X			X		Joel zuleta
10	Cristian Hernandez Castillo	CC	1067093855	3025702016	18	M	H								X	X				X			X		Cristian Hernandez

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic — Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

856

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclopaseo

DIA:	14	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Tierra santa - Las marial	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Elkin Tirado	TI	1067094096	3215357046	16	M	H								X	X				X			X		
2	Josue Garavito	TI	1155 215412	3136545510	14	M	H								X	X				X			X		
3	Yonatan Cardena	TI	1129807836	3206369173	14	M	H								X	X				X			X		
4	Jorge Andres Serpa	TI	1129809500	3153113604	18	M	H								X	X				X			X		
5	Alan Rodriguez	RC	1667098436	3167088706	4	M	H								X	X				X			X		
6	Luis carlos Morales	TI	1067097090	3106900006	10	M	H								X	X				X			X		
7	Javier Rivero	TI	1067096254	3208769046	10	M	H								X	X				X			X		
8	Yobe Rivera	TI	1129809679	3028423346		M	H								X	X				X			X		
9	Melany Hernandez	TI	1129809020	3236319357	12	F	M								X	X				X			X		
10	Dayana Beleño	TI	1042320633	3146967237	12	F	M								X	X				X			X		

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

857

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ciclo paseo

DIA:	14	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Tierra santa - Las marias	ZONA:	Rural

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Joiner Acevedo Jimenez	TI	1067097284	3116780282	16	M.	H								X	X				X			X		x Joine Acevedo
2	Wendys Paola Jimenez Punta	TI	1032261343	3116780282	9	F	M								X	X				X			X		x Wendys Paola
3																									
4																									
5																									
6																									
7																									
8																									
9																									
10																									

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

358

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Ricardo Pereira, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 1065007165, en Representación del comunidad estudiantil, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Ciclo paseo y charla sobre la importancia del ejercicio Físico y la actividad física como medio para reducir la Prevalencia de enfermedades cronicas no transmisibles en la comunidad, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista - T Santa a los 14 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA: Ricardo P
CEDULA DE CIUDADANÍA: 1065007165
CELULAR: 3043198668.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL
Ciclo paseo No. 3

DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	14/07/25
Personas Intervenidas:	Población General





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL
Ciclo paseo No. 3

DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	14/07/25
Personas Intervenidas:	Población General





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

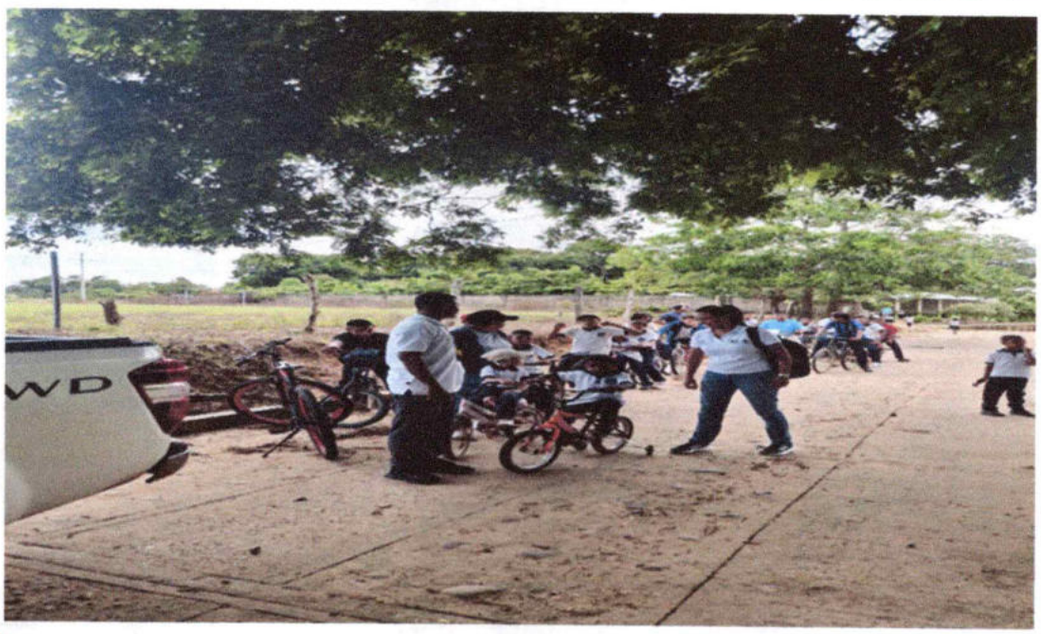
EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL
Ciclo paseo No. 3

DESARROLLO DEL EVENTO

Realizar ciclo paseo en micro territorio urbano y rural de Buenavista, donde previamente se debe realizar una charla sobre la importancia de la práctica regular de ejercicio físico como medio para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, el recorrido será mínimo de 5 km. Se garantiza hidratación a los asistentes. Los cuales deben ser mínimo 20

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	14/07/25
Personas Intervenidas:	Población General





362

EJE ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD

Promover y realizar jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyan aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se debe garantizar hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se debe dar una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables. La actividad está dirigida a un mínimo de veinte (20) estudiantes por jornada. Las jornadas estarán dirigida a un grupo de estudiantes de la infancia y la otra jornada dirigida a estudiantes adolescentes. Evidencias: acta de concertación de la actividad con el rector de la IE, listado de asistencia de los participantes y 5 evidencias fotográficas donde se evidencia el total de participantes en la charla, realizando la actividad física y el suministro de agua. Gastos: bolsas de agua, ula-ula, cuerdas.

ZONA URBANA

EJE ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD
ACTIVIDAD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables. La actividad estuvo dirigida a un mínimo de veinte (20) estudiantes por jornada. Las jornadas estuvieron dirigidas a un grupo de estudiantes de la infancia y la otra jornada dirigida a estudiantes adolescentes. Evidencias: acta de concertación de la actividad con el rector de la IE, listado de asistencia de los participantes y 5 evidencias fotográficas donde se evidencia el total de participantes en la charla, realizando la actividad física y el suministro de agua.

Objetivo de la actividad:

Promover la importancia de la realización de actividad física en niños y jóvenes para la salud y enseñar las condiciones y estilos de vida saludable que ayudan a prevenir enfermedades crónicas no trasmisibles.

CRONOGRAMA

N°	FECHA DE REALIZACIÓN:	LUGAR (BARRIO, VEREDA O SITIO)	HORA
1	21/07/25	BUENAVISTA	7 am – 9 am
2	21/07/25	BUENAVISTA	9.30 am– 11: 30 am
3	24/07/25	BUENAVISTA	7 am – 9 am

Actividad: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables. La actividad estuvo dirigida a un mínimo de veinte (20) estudiantes por jornada.

Participantes Totales: 60

Hombres	Mujeres	Municipio
30	30	Buenavista

- ✓ **POBLACIÓN BENEFICIARIA:** Estudiantes en infancia y adolescencia

- ✓ **COMO SE CONVOCO LA POBLACIÓN:** Acercamiento a instituciones Educativas

- ✓ **DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Presentación del programa y el profesional por el cual estaría dirigida la jornada de actividad física (Lic. en Educación física) abordar la temática: importancia de la práctica de actividad física en niños y jóvenes estudiantes con el fin de reducir el riesgo de padecer enfermedades crónicas no trasmisibles gracias a condiciones y hábitos de vida saludables. Durante la misma se llevaran a cabo actividades que ayuden a interiorizar la temática como: Aeróbicos, circuitos de habilidad, carreras, saltos a la cuerda, juegos con aros (Ula ulas) durante 2 horas y a los participantes se les brindara hidratación.

- ✓ **MATERIALES Y MÉTODOS UTILIZADOS:** cuerdas, conos ula ulas y platillos, metodología participativa.

- ✓ **LOGROS/RESULTADOS DE APRENDIZAJE:** Las jornadas lograron informar acerca de los beneficios y la importancia de la práctica de actividad física en niños y jóvenes y a su vez enseñar que llevar a cabo la actividad física no requiere de mucho tiempo si no de disposición y puede ayudarnos a vivir de forma útil durante más tiempo.

- ✓ **DIFICULTADES:** Ninguna

- ✓ **CONTENIDO TEMÁTICO:**

Actividad física

La actividad física fue definida por la organización mundial de la salud como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que requiere un gasto de energía (2020). Así pues, la ausencia de actividad física o la inactividad física se ha convertido en un factor común de la sociedad actual, siendo reconocido como una de las principales causas de los problemas de salud pública que viven las comunidades. La inactividad física se asocia con múltiples enfermedades crónicas y muertes tempranas.

Hábitos de vida saludable

Los hábitos de vida saludable son patrones de conducta motivados y/o adquiridos por creencias, conocimientos, hábitos y acciones que las personas ejecutan para mantener, restablecer o mejorar su salud, como producto de dimensiones personales, ambientales y sociales, que se relacionan con la historia personal de la persona 4, tales como realizar ejercicio físico, mantener una dieta balanceada o una buena higiene.

Enfermedades crónicas no trasmisibles

Las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) son afecciones de larga duración y progresión lenta que no se transmiten de una persona a otra, como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y las enfermedades respiratorias crónicas. Sus factores de riesgo incluyen una mala alimentación, el tabaquismo, el sedentarismo y el consumo de alcohol, los cuales pueden modificarse con cambios en el estilo de vida y políticas públicas para prevenir y controlar estas enfermedades.

Riesgos

"La inactividad física es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad por enfermedades no transmisibles. Las personas con un nivel insuficiente de actividad física tienen un riesgo de muerte entre un 20% y un 30% mayor en comparación con las personas que alcanzan un nivel suficiente de actividad física", señaló la OMS.

Los modos de vida, indicó la OMS, "son cada vez más sedentarios por el uso del transporte motorizado y la utilización cada vez mayor de pantallas para el trabajo, la educación y las actividades recreativas". Los datos demuestran que un mayor grado de sedentarismo está asociado con los deficientes resultados de salud que se enumeran a continuación:

En los niños y adolescentes:

- Aumento de la adiposidad (aumento de peso).
- Salud cardiometabólica, aptitud física, conducta comportamental/comportamiento social más deficientes.
- Menor duración del sueño.

En los adultos:

- Mortalidad por cualquier causa, mortalidad por enfermedades cardiovasculares y mortalidad por cáncer.
- Incidencia de enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes de tipo 2.

En Colombia se ha venido potenciando el desarrollo de procesos que se obtienen a través del involucramiento del sector salud desde Minsalud con diferentes sectores como son movilidad, deportes, cultura, entre otros.

"Por supuesto, el papel más importante es el de los ciudadanos y ciudadanas que ejercen la participación social directa, gremial o a través de organizaciones sociales, formando parte activa del proceso de construcción de la salud", manifestó Tovar.

Tales procesos de intervención que promueven la actividad física, argumentó la funcionaria, se han efectuado desde varios niveles de influencia, como son:

- El impulso a la generación de políticas que favorezcan la Movilidad Activa y Saludable
- La gestión para el mejoramiento de espacios físicos en todos los niveles territoriales, que incluyen aspectos de urbanismo como los parques, bioparques, centros deportivos, presencia y estructura de aceras, entre otros, que permitan el desplazamiento activo al colegio, al trabajo, al lugar de residencia o el desarrollo de actividades recreo deportivas.
- La inserción de la actividad física a través de la vida cotidiana, por ejemplo, a través del transporte activo (caminar o montar en bicicleta), el aprovechamiento del tiempo libre, las tareas del hogar o laboral.
- El apoyo al aprovechamiento y conservación de entornos naturales para el desarrollo de actividades al aire libre muchas de ellas de exploración y conocimiento.
- La conformación de clubes comunitarios o vecinales para el fortalecimiento del apoyo social.

Siete beneficios de la actividad física regular

1. Hacer ejercicio te ayuda a controlar el peso

El ejercicio puede ayudarte a prevenir el aumento excesivo de peso o a mantener el peso perdido. Cuando realizas una actividad física, quemas calorías. Cuanto más intensa sea la actividad, más calorías quemarás.

Ir al gimnasio con regularidad es estupendo, pero no te preocupes si no tienes mucho tiempo para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para conseguir los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día. Por ejemplo, sube por las escaleras en lugar de utilizar el ascensor o acelera el ritmo al que haces tus tareas domésticas. La constancia es clave.

2. El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades

¿Te preocupan las enfermedades cardíacas? ¿Quieres prevenir la presión arterial alta? Independientemente de tu peso actual, mantenerse activo aumenta el colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL, por sus siglas en inglés), el colesterol "bueno", y reduce los triglicéridos, que no son saludables. Esta combinación mantiene el flujo sanguíneo, lo que reduce el riesgo para enfermedades cardiovasculares.

El ejercicio regular ayuda a prevenir o controlar muchos problemas de salud y preocupaciones, incluidos:

- Accidente cerebrovascular.
- Síndrome metabólico.
- Presión arterial alta.
- Diabetes tipo 2.
- Depresión.
- Ansiedad.
- Muchos tipos de cáncer.
- Artritis.
- Caídas.

También puede ayudar a mejorar la función cognitiva y contribuye a reducir el riesgo de muerte por todas las causas.

3. El ejercicio mejora el estado de ánimo

¿Necesitas levantar el ánimo? ¿O aliviar la tensión después de un día estresante? Una sesión de gimnasia o un paseo a paso ligero pueden ayudar. La actividad física estimula muchas sustancias químicas cerebrales que pueden hacerte sentir más feliz, más relajado y menos ansioso.

También es posible que te sientas mejor con tu aspecto y contigo mismo cuando haces ejercicio con regularidad, lo que puede aumentar tu confianza y mejorar tu autoestima.

4. El ejercicio aumenta la energía

¿Te agota hacer la compra o las tareas domésticas? La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia.

El ejercicio envía oxígeno y nutrientes a los tejidos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione con mayor eficacia. Cuando la salud del corazón y los pulmones mejora, hay más energía para realizar las tareas cotidianas.

5. Hacer ejercicio promueve un mejor sueño

¿Te cuesta dormir? La actividad física regular puede ayudarte a quedarte dormido más rápido, a dormir mejor y más profundamente. Simplemente no hagas ejercicio demasiado cerca de la hora de acostarte, porque podrías tener demasiada energía como para irte a dormir.

6. El ejercicio vuelve a poner la chispa del entusiasmo en tu vida sexual.

¿Te sientes demasiado cansado o en mal estado físico para disfrutar de la intimidad física? La actividad física regular puede mejorar los niveles de energía y darte más confianza en tu aspecto físico, lo que puede potenciar tu vida sexual.

Pero aún hay más. La actividad física regular puede aumentar la excitación en las mujeres. Por su parte, los hombres que hacen ejercicio regularmente son menos proclives a tener problemas de disfunción eréctil que los que no lo hacen.

7. El ejercicio puede ser divertido ¡y social!

El ejercicio y la actividad física pueden ser divertidos. Te dan la oportunidad de desconectarte, disfrutar del aire libre o simplemente realizar actividades que te hacen feliz. La actividad física también puede ayudarte a conectar con la familia o los amigos en un entorno social divertido.

Así que anótate en clases de baile, sal a hacer senderismo o únete a un equipo de fútbol. Encuentra una actividad física que te guste y hazla. ¿Te aburres? Prueba algo nuevo o haz algo con los amigos o la familia.

Ejercicio para sentirse mejor y divertirse

El ejercicio y la actividad física son excelentes maneras de sentirse mejor, mejorar la salud y divertirse. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. recomienda estas pautas de ejercicio para la mayoría de los adultos sanos:

- **Actividad aeróbica.** Realiza al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada. O bien, realiza al menos 75 minutos de actividad aeróbica vigorosa a la semana. También puedes realizar una combinación equitativa de actividad moderada y vigorosa. Intenta repartir este ejercicio durante varios días o más en una semana.

  Para obtener aún más beneficios para la salud, las pautas sugieren realizar 300 minutos semanales o más de actividad aeróbica moderada. Hacer esta cantidad de ejercicio puede ayudar a perder peso o a mantener el peso perdido. Pero incluso hacer solo un poco de actividad física puede ser útil. Mantenerse activo durante breves periodos de tiempo a lo largo del día puede ser beneficioso para la salud.

- **Fortalecimiento muscular.** Haz ejercicios de fortalecimiento de los principales grupos musculares al menos dos veces por semana. Una serie de cada ejercicio es suficiente para obtener beneficios para la salud y estar en forma. Utiliza una pesa o un nivel de resistencia lo suficientemente fuerte como para que tus músculos se cansen después de unas 12 o 15 repeticiones.

El ejercicio aeróbico moderado incluye actividades como caminar a paso ligero, andar en bicicleta, nadar y cortar el césped.

El ejercicio aeróbico vigoroso incluye actividades como correr, nadar, trabajos pesados de jardinería y baile aeróbico.

Puedes hacer fortalecimiento muscular utilizando máquinas de pesas o pesas libres, tu propio peso corporal, bolsas pesadas o bandas de resistencia. También puedes utilizar paletas de resistencia en el agua o realizar actividades como escalada en roca.

Si quieres perder peso, mantener el peso perdido o alcanzar objetivos específicos de estado físico, es posible que tengas que hacer más ejercicio

370

Jornada de actividad Física No.1

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	**ACTA DE CONCERTACIÓN** **CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

81

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 19 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Aider Hernandez, representante de L.E Mariscal Sucre de la zona Urbana del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Jornada de actividad física
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	27/julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	(la vala), cuerdas, hidratación
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Aider Hernandez	Nombre:	Emiro José Bula V
Cedula de ciudadanía:	7380892	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	Mariscal Sucre	Entidad:	E.S.E Camu Pueblo N
Numero de contacto	3215327727	Numero de contacto	3235173899
Firma:		Firma:	Emiro Bula

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic — Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

872

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Tornado de actividad Física

DIA:	21	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Eliana Arcia	TI	1129308053	3234343916	12	F	M								X	X				X			X		Eliana
2	Samuel Arneta	TI	1023642520	3004134841	13	M	H								X	X				X			X		Samuel
3	Jesus Atencia	TI	1067096571	3135976528	11	M	H								X	X				X			X		Jesus
4	Hanna Bazuero	TI	1129309034	3226533783	12	F	M								X	X				X			X		Hanna
5	Juan Bedoya	TI	1044653122	3132273864	11	M	H								X	X				X			X		Juan
6	Luz A. Botero	TI	1006709546	320 7242334	13	F	M								X	X				X			X		Luz
7	Samuel Bravo	TI	1038132710	3233695529	11	M	H								X	X				X			X		samuel
8	Martin David	TI	1129308097	3124743211	13	M	H								X	X				X			X		martin
9	Silvio Flores	TI	1067096432	3105850430	11	M	H								X	X				X			X		Silvio
10	Alexia Florez	TI	1067096424	3106762482	12	F	M								X	X				X			X		Alexia

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

PIC Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

893

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada de actividad Físico

DIA:	27	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbano

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Danna Hurtado	TI	1020121168	3126942467	12	F	M								X	X				X			X		D. Hurtado
2	Salome Hurtado	TI	1064105748	3145289346	11	F	M								X	X				X			X		Salo
3	Yesid Lazaro	TI	1129809109	3124297651	11	M	H								X	X				X			X		Yesid
4	Emili Lopez	TI	1062979159	3123320668	11	F	M								X	X				X			X		Emili Lopez
5	Alvaro Montalvo	TI	1129809156	3112690741	11	M	H								X	X				X			X		montalvo
6	Isabella ortiz	TI	1075716416	3232084555	12	F	M								X	X				X			X		Isa
7	Anyely Perez	TI	1129809198	3116845634	12	F	M								X	X				X			X		Anyely
8	Sara Perez	TI	1067290606	3105468136	12	F	M								X	X				X			X		Sara Perez
9	Sheyla Puerta	TI	1049829639	3102279940	12	F	M								X	X				X			X		Shey puerta
10	Anivaleria Reyes	TI	1067096599	3117113732	11	F	M								X	X				X			X		Anivaleria

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

874

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Aider Hernandez, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 7380892, en Representación del I.E Mariscal Sucre, certifico que Emiro José Bula vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Jornada de actividad Física con estudiantes de Infancia y adolescencia en busca de condiciones y habitos de vida saludables., en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista - M.C a los 21 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA:
CEDULA DE CIUDADANÍA: 7380892
CELULAR: 3215327727

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA

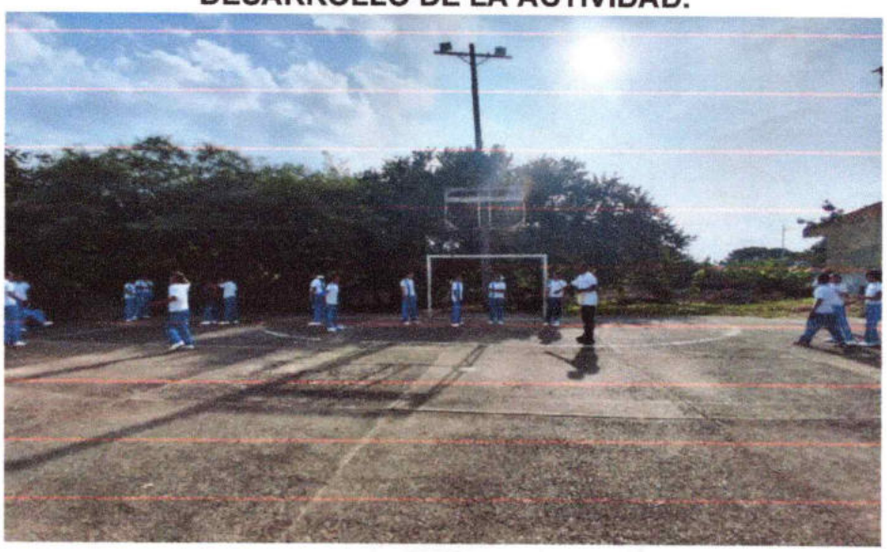
Jornada No.1

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	21/07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA

Jornada No.1

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	21/07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA URBANA

Jornada No.1

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	21/07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.





GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

ACTA DE REUNIÓN	
Lugar: Buenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 21 julio 2025	Hora de Finalización: 9 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover y hacer la sensibilización sobre los beneficios de la practica de la actividad fisica para la salud y de condiciones y estilos de vida saludable.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó y se promovió la jornada de actividad fisica dirigidas a un grupo de estudiantes de la zona Urbana del municipio de Buenavista, logrando abordar a estudiantes de la infancia y a adolescentes en la que se incluyeron aerobicos, danzas, ula ula, saltar la cuerda y desafio entre otros. Previo a la jornada de actividad fisica se dio una breve charla sobre la sensibilización sobre los beneficios de la actividad fisica para la salud y condiciones y estilos de vida saludables.

Conclusiones

Se realizaron estas jornadas a feliz termino y cumpliendo con el objetivo de la actividad.

Recomendaciones

- Seguir realizando y poniendo en practica la actividad fisica para mejorar la calidad de vida de los infantes y adolescentes.

Responsables de la Actividad

Emiro Bula
Lic. Educ. Fisica.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

Jornada de actividad Física No.2

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	**ACTA DE CONCERTACIÓN** **CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

380

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 19 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Aider Hernandez, representante de I.E Mariscal Sucre de la zona Urbana del municipio de Buena vista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Jornada de actividad físicu
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	21/Julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	vla vla, cuerdas, hidratación
Necesidad de talento humano	Lic. en educación físico
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	AIDER Hernandez	Nombre:	Emiro Josu Bula V
Cedula de ciudadanía:	7380892	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	MARESCAL SUCRE	Entidad:	E.S.E CAMU. pueblo N
Numero de contacto	3215327729	Numero de contacto	3235173809
Firma:		Firma:	Emiro Josu Bula

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

831

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Buenavista	Hora de Inicio: 9:30 am
Fecha: 21 julio 2025	Hora de Finalización: 11:30 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover y hacer la sensibilizacion sobre los beneficios de la Practica de la actividad fisica Para la salud y de condiciones y estilos de vida saludable.

Desarrollo de la Reunión

se realizó y se Promovió la jornada de actividad fisica dirigidas a un grupo de estudiantes de la zona urbana del municipio de buenavista, logrando abordar a estudiantes de la infancia y addecentes en la que se incluyen aerobicos, danzas, ula ula, saltar la cuerda y desafio entre otros. Previo a la jornada de actividad fisica se dio una breve charla sobre la sensibilizacion sobre los beneficios de la actividad fisica Para la salud y condiciones y estilos de vida saludables.

Conclusiones

se realiza estas jornadas a feliz termino y cumpliendo con el objetivo de la actividad

Recomendaciones

seguir realizando y Poniendo en Practica la actividad fisica Para mejorar la calidad de vida de los infantes y adolescentes

Responsables de la Actividad

Edmiro Bula

Lic. Educ. fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

PIC Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

882

EJE: Atención Primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada de actividad Física

DIA:	27	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Jesus Manuel Dallos	TI	1043987794	3153053552	13	M	H								X	X				X			X		x Jesus Dallos
2	Danna Sofia Gonzalez	TI	1129807833	3044288141	14	F	M								X	X				X			X		x DANNA GONZALEZ
3	Yuliana Avilez	TI	1067095367	3133363132	13	F	M								X	X				X			X		x Yuliana Avilez
4	Julieta Navarro	TI	1129807948	3164674513	13	F	M								X	X				X			X		x Julieta Navarro
5	Maria Camila otero	TI	1129809425	3189087866	14	F	M								X	X				X			X		x Maria otero
6	Luis Fernando Morelo	TI	1129807756	3016547157	15	M	H								X	X				X			X		x Luis Morelo
7	Sara Jimenez	TI	1067093403	3164577816	17	F	M								X	X				X			X		x Sara Jimenez
8	Veronica Vargas	TI	1067095055	3136960768	15	F	M								X	X				X			X		x Veronica vargas
9	Sarah Padilla	TI	1129807992	3042130680	13	F	M								X	X				X			X		- Sarah Padilla
10	Luis Angel Oviedo	TI	1067095166		14	M	H								X	X				X			X		x Luis Angel oviedo

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic — Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

883

EJE: Atención primaria en Salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Tornado de Actividad Física

DIA:	21	MES:	Julio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Bonavista	ZONA:	Urbano

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Angie Paez	TI	1129809197		14	F	M								X	X				X			X		Anyibel Paez
2	Natalia Mendoza	TI	1073824693	3017980204	13	F	M								X	X				X			X		Natalia mendoza
3	Martin Vaquero	TI	1067095260	3234002848	14	M	H								X	X				X			X		Martin Vaquero
4	Emir Aviles	TI	1067095235	3234032991	14	M	H								X	X				X			X		Emir aviles
5	Luis Carlos Petro	TI	1067095158	3122046141	14	M	H								X	X				X			X		Luis carlos Petro
6	Mariana Villalba	TI	1067095459	3135883635	13	F	M								X	X				X			X		Mariana villalba
7	Valeria Dominguez	TI	1129807933	3023020564	13	F	M								X	X				X			X		Valeri Dominguez
8	Luis Andres Mejia	TI	1129808010	3204462846	12	M	H								X	X				X			X		Luis Mejia
9	Andres Felipe Barros	TI	1129807943	3169632197	13	M	H								X	X				X			X		Andres Barros
10	Daniel Nasayo	TI	1063297008	3107137060	13	M	H								X	X				X			X		Nasayo Daniel

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Aider Hernandez, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 7380892, en Representación del L.E mariscal sucre, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Jornada de actividad Física con estudiantes de Infancia y adolescencia en busca de enseñar condiciones y habitos de vida saludable., en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista a los 21 días del mes de Julio. de 2025.

FIRMA:
CEDULA DE CIUDADANÍA: 7380892
CELULAR: 3153277727

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 2

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	21/07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 2

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	21/07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 2

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	21/07/25
Personas Intervenidas:	H: 8 M: 12 = 20

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





Jornada de actividad Física No.3

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	**ACTA DE CONCERTACIÓN**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO
	CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 27 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro Jose Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Aider Hernandez, representante de I.E Mariscal Sucre de la zona Urbana del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Jornada de actividad física
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	24/Julio/2025
Necesidad de apoyo logístico	Ula Ulas, cuerdas, hidratación
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación Física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Aider Hernandez	Nombre:	Emiro Jose Bula V
Cedula de ciudadanía:	7380892	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	MARISCAL SUCRE	Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3245327727	Numero de contacto	3235173890
Firma:		Firma:	Emiro Jose Bula

390

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Buenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 24 julio 2025	Hora de Finalización: 9 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover y hacer la sensibilizacion sobre los beneficios de la Practica de la actividad fisica Para la Salud y de condiciones y estilos de vida saludable.

Desarrollo de la Reunión

Se relizó y se Promovió la jornada de actividad fisica dirigidas a un grupo de estudiantes de la zona urbana del municipio de buenavista, logrando abordar a estudianies de la infancia y adolescentes en la que se incluyen aerobicos, danzas, ula ula, saltar la cuerda y desafio entre otros. Previo a la jornada de actividad fisica se dio una breve charla sobre la sensibilizacion sobre los beneficios de la actividad fisica Para la salud y condiciones y estilos de vida saludables

Conclusiones

Se realizaron esias jornadas a feliz termino y cumPliendo con el objetivo de la actividad

Recomendaciones

Seguir realizando y Poniendo en Practica la actividad fisica Para mejorar la calidad de vida de los infantes y adolescentes

Responsables de la Actividad

Emiro Bula

Lic. educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

891

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada de actividad Física

DIA:	24	MES:	Julio.	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	J. Pablo flórez	TI	1141123987	3235931032	14	M	H								X	X				X			X		
2	Antonella Martinez	TI	1062977393	3136165353	14	F	M								X	X				X			X		Antonella martinez
3	Gabriel Cuello	TI	1067094770	3224118340	14	M	H								X	X				X			X		Gabriel Cuello
4	Sarit Gonzalez	TI	1067095470	3145280746	13	F	M								X	X				X			X		Sarit Gonzalez
5	Samuel Mieles	TI	1067094271	3104467232	14	M	H								X	X				X			X		Samuel mieles
6	Nelis Lopez	TI	1129307557	3233480748	13	F	M								X	X				X			X		Nelis lópez
7	Leyber Cordero	TI	1065244111	3002307877	15	M	H								X	X				X			X		Leiber
8	Benjamin Arrieta	TI	1129807812	3147082483	15	M	H								X	X				X			X		Benjamin
9	Daner Calle	TI	1026002140	3146133770	14	M	H								X	X				X			X		Daner Calle
10	Javier Viralo	TI	1069924433	3145489243	14	M	H								X	X				X			X		Javier

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

892

EJE: Atención Primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Jornada de actividad física

DIA:	24	MES:	Julio.	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Buenavista	ZONA:	Urbano

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Jhoana Ballesteros	TI	1073695377	3135516056	15	F	M								X	X				X			X		Jhoana
2	Valeria Barroso	TI	1129209402	3136892437	16	F	M								X	X				X			X		Valer
3	Sharol Berrio	TI	1129207905	3238480743	15	F	M								X	X				X			X		Sharol Berrio
4	Luis Camargo	TI	1129204128	3239980124	20	M	H								X	X				X			X		
5	Sneyder Denis	TI	1067095048	3002307877	15	M	H								X	X				X			X		Sneyder
6	Daniel Guayara	TI	1023213232	3163565322	14	M	H								X	X				X			X		Daniel
7	David Ibarra	TI	1066573295	3147082483	13	M	H								X	X				X			X		Ibarra
8	Maria Jaramillo	TI	1023528526	3217760345	16	F	M								X	X				X			X		maria jaramillo
9	Samuel Lopez	TI	1018251514	3106580180	14	M	H								X	X				X			X		Samuel Lopez
10	Elias Mendoza	TI	1129207329	3146013878	16	M	H								X	X				X			X		Elias

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

393

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Aida Hernandez, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 7380892, en Representación del I.E Mariscal Sucre, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Jornada de actividad Física con estudiantes de Infancia y adolescencia en busca de enseñar Condicional y habitos de vida saludable, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista a los 24 días del mes de Julio. de 2025.

FIRMA:
CEDULA DE CIUDADANÍA: 7380892
CELULAR: 3215327727

894

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No.3

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	24/07/25
Personas Intervenidas:	H: 13 M: 7 = 20

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

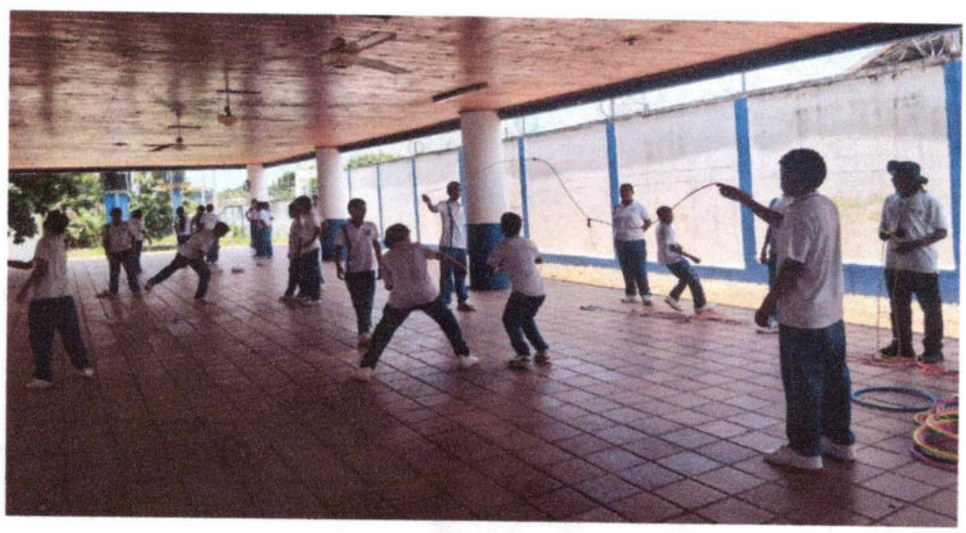
Jornada No.3

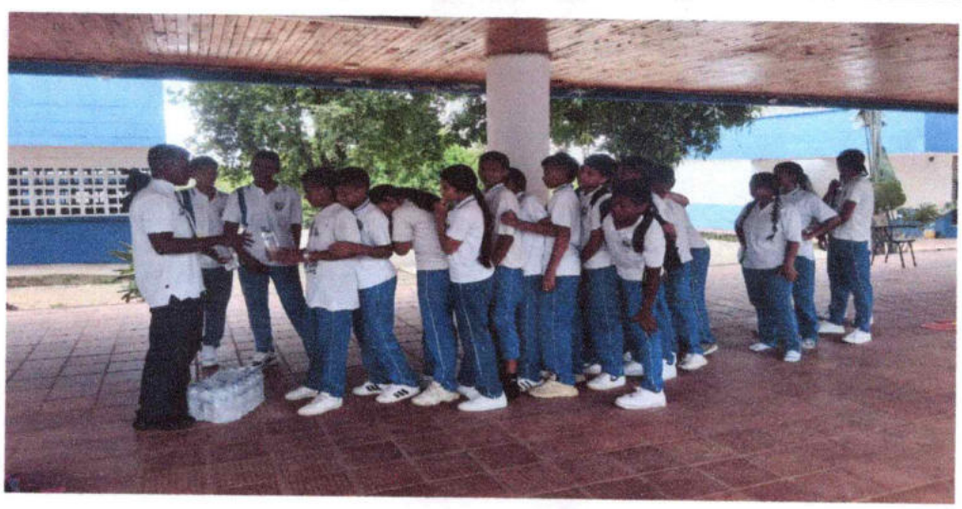
EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	24/07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No.3

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA
Fecha:	24/07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EJE ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD

Promover y realizar jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyan aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se debe garantizar hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se debe dar una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables. La actividad está dirigida a un mínimo de veinte (20) estudiantes por jornada. Las jornadas estarán dirigida a un grupo de estudiantes de la infancia y la otra jornada dirigida a estudiantes adolescentes. Evidencias: acta de concertación de la actividad con el rector de la IE, listado de asistencia de los participantes y 5 evidencias fotográficas donde se evidencia el total de participantes en la charla, realizando la actividad física y el suministro de agua. Gastos: bolsas de agua, ula-ula, cuerdas.

893

ZONA RURAL

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EJE ATENCIÓN PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables. La actividad estuvo dirigida a un mínimo de veinte (20) estudiantes por jornada. Las jornadas estuvieron dirigidas a un grupo de estudiantes de la infancia y la otra jornada dirigida a estudiantes adolescentes. Evidencias: acta de concertación de la actividad con el rector de la IE, listado de asistencia de los participantes y 5 evidencias fotográficas donde se evidencia el total de participantes en la charla, realizando la actividad física y el suministro de agua.

Objetivo de la actividad:

Promover la importancia de la realización de actividad física en niños y jóvenes para la salud y enseñar las condiciones y estilos de vida saludable que ayudan a prevenir enfermedades crónicas no trasmisibles.

CRONOGRAMA

N°	FECHA DE REALIZACIÓN:	LUGAR (BARRIO, VEREDA O SITIO)	HORA
1	24/06/25	CGTO TIERRA SANTA	7 – 9 AM
2	24/06/25	CGTO TIERRA SANTA	9: 30 – 11:30 AM
3	04 /07/25	CGTO TIERRA SANTA	7 – 9 AM
4	04 /07/25	CGTO TIERRA SANTA	9: 30 – 11:30 AM

CONSOLIDADO

Actividad: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables. La actividad estuvo dirigida a un mínimo de veinte (20) estudiantes por jornada.		
Participantes Totales: 85		
Hombres	**Mujeres**	**Municipio**
47	38	Buenavista

- ✓ **POBLACIÓN BENEFICIARIA:** Estudiantes en infancia y adolescencia

- ✓ **COMO SE CONVOCO LA POBLACIÓN:** Acercamiento y concertaciones a instituciones Educativas

- ✓ **DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:** Presentación del programa y el profesional por el cual estaría dirigida la jornada de actividad física (Lic. en Educación física) abordar la temática: importancia de la práctica de actividad física en niños y jóvenes estudiantes con el fin de reducir el riesgo de padecer enfermedades crónicas no trasmisibles gracias a condiciones y hábitos de vida saludables. Durante la misma se llevaran a cabo actividades que ayudan a interiorizar la temática como: Aeróbicos, circuitos de habilidad, carreras, saltos a la cuerda, juegos con aros (Ula ulas) durante 2 horas y a los participantes se les brindara hidratación.

- ✓ **MATERIALES Y MÉTODOS UTILIZADOS:** cuerdas, conos ula ulas y platillos, metodología participativa.

- ✓ **LOGROS/RESULTADOS DE APRENDIZAJE:** Las jornadas lograron informar acerca de los beneficios y la importancia de la práctica de actividad física en niños y jóvenes y a su vez enseñar que llevar a cabo la actividad física no requiere de mucho tiempo si no de disposición y puede ayudarnos a vivir de forma útil durante más tiempo.

- ✓ **DIFICULTADES:** Ninguna

- ✓ **CONTENIDO TEMÁTICO:**

Actividad física

La actividad física fue definida por la organización mundial de la salud como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que requiere un gasto de energía (2020). Así pues, la ausencia de actividad física o la inactividad física se ha convertido en un factor común de la sociedad actual, siendo reconocido como una de las principales causas de los problemas de salud pública que viven las comunidades. La inactividad física se asocia con múltiples enfermedades crónicas y muertes tempranas.

Hábitos de vida saludable

Los hábitos de vida saludable son patrones de conducta motivados y/o adquiridos por creencias, conocimientos, hábitos y acciones que las personas ejecutan para mantener, restablecer o mejorar su salud, como producto de dimensiones personales, ambientales y sociales, que se relacionan con la historia personal de la persona 4, tales como realizar ejercicio físico, mantener una dieta balanceada o una buena higiene.

Enfermedades crónicas no trasmisibles

Las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) son afecciones de larga duración y progresión lenta que no se transmiten de una persona a otra, como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y las enfermedades respiratorias crónicas. Sus factores de riesgo incluyen una mala alimentación, el tabaquismo, el sedentarismo y el consumo de alcohol, los cuales pueden modificarse con cambios en el estilo de vida y políticas públicas para prevenir y controlar estas enfermedades.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA No.1

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	ACTA DE CONCERTACIÓN CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 20 del mes Junio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Paula Miranda, representante de I.E. Tierra Santa de la zona Rural del municipio de Buena vista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025**, celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Jornada de actividad física
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	24/Junio-2025
Necesidad de apoyo logístico	Cuerda, ula ula, transporte, hidratación
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Paula A. Miranda P.	Nombre:	Emiro Jose Bula V
Cedula de ciudadanía:	1.003.072.155	Cedula de ciudadanía:	1007798 374
Entidad:	I.E. Tierra Santa	Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3016030273	Numero de contacto	3235173899
Firma:	Pmirandap.	Firma:	Emiro Bula

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Coto Tierra Santa Buenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 24 junio 2025.	Hora de Finalización: 9 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover y hacer la sensibilización sobre los beneficios de la practica de la actividad fisica para la Salud y de Condiciones y estilos de vida saludable.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó y se promovió la jornada de actividad fisica dirigidos a un grupo de estudiantes de la zona Rural del municipio de Buenavista, logrando abordar a estudiantes de la infancia y adolescentes, en la que se incluyeron aerobicos, danzas, Ula Ula, saltar la Cuerda y desafio, entre otros. Previo a la jornada de actividad fisica se dio una breve charla sobre la sensibilización sobre los beneficios de la actividad fisica Para la Salud y Condiciones y estilos de vida Saludables se garantizó la hidratación a los asistentes.

Conclusiones

-Se realizó la jornada de actividad fisica y se Sensibilizó a los asistentes sobre los beneficios de la actividad fisica

Recomendaciones

seguir Participando de jornadas de actividad fisica

Responsables de la Actividad

Emiro Bula
Lic. Educ. Fisica

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

pic	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
		FECHA : 12/08/2024
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	PAGINA: 1 de 1

905

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA:	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA:	HORA INICIO:	HORA FIN:	LUGAR:
	Jornada de actividad Física		24/06/25	07:00 Am	09:00 Am	Buenavista T-5

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
Jaider Hoyuya	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	CC	1129805742		18	M	H	H				3127706		Jaider
Jordy Oporeli	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1076327444		15	M	H	H				3009		Jordan
Nila. esquibel.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista.	T.I	1067094963		16	F	M	H				3215483244		Nila
Yorleymis Diaz.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1085228814		14	F	M	H				3215937		Yorleimis
Andres Vergara	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129807597		17	M.	H	H				3145897449		Andres
Jose luiz Suenz	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067094496		17	M.	H	H				.		Jose
Juan luna.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067094784		16	M.	H	H				3113535058		Juan
Cristian Quiros.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067913521		15	M.	H	H						Cristian
Yorlenis Quintero	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067896288		16	F	M	H				3103855007		Yorlenis
María Hoyos	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1069489956		14	F	M	H				3205069459		Mariangel
Jose. Bader.	IE T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1062973317		13	M.	H	H				3104395368		Jose
Maryeli Morales	I.E.T/Santo	Estudiante.	B/vista	T.I	1066606588		14	F	M	H				3218295701		Marcelis

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba · ESE CAMU Pueblo Nuevo	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	FECHA : 12/08/2024
		PAGINA: 1 de 1

906

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA:	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA:	HORA INICIO:	HORA FIN:	LUGAR:
	Jornada de actividad física		24/06/25	07:00 AM (06:00 AM/PM)	09:00 AM	Buena vista T.S

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
Jose. cudrasco	I.E.T/Santo	Estudiante	Buista	T.I	1148695 125		14	M	H	H				3122390425		-Jose Rojo
Daniel Tous	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129807 056		16	M	H	H				3207743582		Daniel
Neyde. guerra.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129807 770		15	M	H	H				3116608678		. Neyder
Luis. Sierra.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1148695 629		14	M	H	H				3216405999		- Mano
Natali domiguez.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista.	T.I	1129807 743		16	F	M	H				3113427109		. Natali
Alex cardona.	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129807 639		15	M	H	H				3208427374		. Alex
Luis quisena	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067[illegible]996		16	M	H	H						: Luis
Valeria Burivas	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1038118 319		15	F	M	H						. Valeria

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

907

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Paula Miranda, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 1.003.072.755, en Representación del I.E Tierra Santa, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Jornada de actividad Física con estudiantes de Infancia y adolescencia en busca de condiciones y habitos de vida saludable.

, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista T. Santa a los 24 días del mes de Junio de 2025.

FIRMA:
CEDULA DE CIUDADANÍA: 1.003.072.155
CELULAR: 301 683 0273

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Jornada No.1

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	24/06/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Jornada No.1

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	24/06/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA ZONA RURAL

Jornada No.1

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	24/06/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD



ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA No.2

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	**ACTA DE CONCERTACIÓN** **CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 20 del mes Junio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Paula Miranda, representante de I.E. Tierra Santa de la zona Rural del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Jornada de actividad física
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	24 / Junio / 2025
Necesidad de apoyo logístico	cuerdas, ula ulas, hidratación, transporte
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Paula A. Miranda P	Nombre:	Emiro Jose Bula V
Cedula de ciudadanía:	1.003.072.155	Cedula de ciudadanía:	1007798 374
Entidad:	I.E. Tierra Santa	Entidad:	E.S.E CAMU PUBLO N
Numero de contacto	3016830273	Numero de contacto	3235173899
Firma:		Firma:	Emiro BULA

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Cato Tierra Santa Buenavista	Hora de Inicio: 9:30 am
Fecha: 24 junio 2025	Hora de Finalización: 11:30 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover y hacer la Sensibilización sobre los beneficios de la practica de la actividad Fisica para la Salud y de Condiciones y Estilos de vida Saludable.

Desarrollo de la Reunión

Se realizo y se promovió la Jornada de actividad. Fisica dirigidos a un grupo de Estudiantes de la zona Rural. del municipio de Buenavista, logrando abordar a Estudiantes de la infancia y adolecentes, en la que se incluyeron aerobicos, dentos, Ula ula, saltar la cuerda y desafio, entre otros. Previo a la Jornada de actividad Fisica Se dio una breve charla sobre la Sensibilizacion sobre los beneFisios de la actividad. Fisica para la Salud. y condiciones y Estilos de vida Saludables se garantizo la hidratacion a los Asistentes.

Conclusiones

Se realizó la Jornada de actividades Fisicas y se Sensibilizo a los asistentes sobre los beneficios de la actividad Fisica

Recomendaciones

Seguir Participando de Jornadas de Actividad Fisica.

Responsables de la Actividad

Emiro Bula
Lic EdoC Fisica

914

	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba · ESE CAMU Pueblo Nuevo	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
		FECHA : 12/08/2024
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	PAGINA: 1 de 1

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA:	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA:	HORA INICIO:	HORA FIN:	LUGAR:
	Jornada de actividad Física		24/06/25	09:30 Am	11:30 Am	Buenavista T.S

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
ElisabehMendoza	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067095 489		13	F	M	H						Elizabeth
seleni Guerra	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067096017		12	F	M	H						seleni
Esilda Yireth V.	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1038728 460		12	F	M	H						esilda
Ana Jimenez	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1032025 684		11	F	M	H						Ana sofia
Hanna Suarez	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129809 240		11	F	M	H						Hanna
luciana benez	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067096 176		12	F	M	H						Luciana
Mariana Oviedo	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1071406792		12	F	M	H						Mariana
Marlys teran	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067096536		11	F	M	H						merlis
Cherol Mendoza	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I			12	F	M	H						CHAROL
Evelin Venegu	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067096968		10	F	M	H						EVELIN
Evelin Cordero	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129809257		10	F	M	H						EVELYN
Ronaldo soto	I.E.T Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1066743088		13	M	H	H						Ronaldo

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

pic	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	FECHA : 12/08/2024
		PAGINA: 1 de 1

915

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA:	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA:	HORA INICIO:	HORA FIN:	LUGAR:
	Jornada de actividad física		24/06/25	09:30 AM	11:30 AM	Buenavista T.S

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
Heily. Tres Pulicio	I.E.T. Santa	Estudiante	Bluista.	T.I	1129809039		12	F	M	H						Heily
Rafael. Martinez	I.E.T Santa	Estudiante	Bluista	T.I	1129809799		11	M	H	H						Rafael
Leydi Pulgares	I.E.T Santa	Estudiante	Bluista.	T.I	1073164749		14	F	M	H						Leidy
Alejandro Cardona	I.E.T Santa	Estudiante	Bluista.	T.I	1067096407		11	M	H	H						Alejandro
Farid. Chucon.	I.E.T Santa	Estudiante	Bluista.	T.I	1067096442		11	M	H	H						Farid
Sebastian Osorio	I.E.T Santa	Estudiante	Bluista	T.I	1141722145		11	M	H	H						Sebastian
Luis Venta	I.E.T Santa	Estudiante	Bluista.	T.I	1222015059		12	M	H	H						Luis Andres
Mendoza Juan	I.E.T Santa	Estudiante	Bluista	T.I	1067094458		9	M	H	H						Juan M

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Paula Miranda, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 1003072133, en Representación del I.E. Tierra Santa, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Jornada de actividad física con estudiantes de infancia y adolescencia en busca de condicional y habitos de vida saludable, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista T.santa a los 24 días del mes de Junio de 2025.

FIRMA: Paula A. Miranda Patrón
CEDULA DE CIUDADANÍA: 1003 072 155
CELULAR: 301 683 0273

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 2

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	24/06/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 2

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	24/06/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 2

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	24/06/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes



ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA No.3

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud	ACTA DE CONCERTACIÓN	ESE CAMU PUEBLO NUEVO
	CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 02 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Paula Miranda, representante de I.E Tierra Santa de la zona Rural del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025**, celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Jornada de actividad física
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	04/07/25
Necesidad de apoyo logístico	Cuerdas, ula ula, hidratación, transporte
Necesidad de talento humano	Lic en Educación física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Paula A. Miranda P.	Nombre:	Emiro José Bula V
Cedula de ciudadanía:	1003. 072. 155	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	I.E. Tierra Santa	Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	3216030273	Numero de contacto	3235173899
Firma:	PMirandaP.	Firma:	Emiro Bula

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

922

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Coto Tierra Santa Buenavista	Hora de Inicio: 7 am
Fecha: 04 julio 2025	Hora de Finalización: 9 am

Objetivo(s) de la Reunión

Promover y hacer la Sensibilizacion sobre los beneficios de la practica de la actividad Fisica para la Salud y condiciones y Estilos de vida saludable.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó y se promovió la Jornada de actividad Fisica dirigidos a un grupo de Estudiantes de la Zona Rural. del municio de Buenavista, logrando abordar a estudiantes de la infancia y adolecentes, en la que se incluyeron aerobicos, danzas, ula ula, saltar la cuerda y desafio entre, otros. previo a la Jornada de actividad. Fisica Se dió una breve charla sobre la Sensibilizacion Sobre los beneficios de la actividad Fisica para la Salud. y condiciones y Estilos de vida saludables Se garantizo la hidratacion a los asistentes.

Conclusiones

-Se realizó la Jornada de actividad Fisica y Sensibilizo a los asistentes sobre los beneficios de la actividad Fisica

Recomendaciones

seguir Participando de Jornadas de Actividad Fisica

Responsables de la Actividad

Emiro BOLA
Lic Educ. fisica

	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba · ESE CAMU Pueblo Nuevo	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	FECHA : 12/08/2024
		PAGINA: 1 de 1

923

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA:	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA:	HORA INICIO:	HORA FIN:	LUGAR:
	Jornada de actividad Física		04/06/25	07:00 AM	09:00 AM	Buenavista T.S

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
Julio Raquel	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1063293 247		24	M	H	H				3105407248		Julio Cesar
Marcelo Cardenas	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067095 111		25	M	H	H				3117738050		Marcelo
Gabriel Seboriche	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1102121 469		24	M	H	H				3016273578		Gabriel
Jose Muñoz	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067095 069		25	M	H	H						Jose
Joel Quintero	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067095 293		23	M	H	H				3146667 34		Joel
Juan Osorio	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129807 669		24	M	H	H				3204419 3		Juan
Miguel LARA	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1032019 740		25	M	H	H				3235482 754		Miguel Angel
Angel Yanes	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1066742 064		24	M	H	H				3215822434		Angel Yanes
Maria Alvarez	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1063362 334		26	F	M	H				3105407248		Maria
Orlando Vibes	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1129807 622		26	M	H	H				3235383154		Orlando
Carmen Vanega	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067095 326		23	F	M	H				3215610016		Carmen
Keiner Puyore	I.E.T/Santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067095 154		24	M	H	H				3114254 44		KEINER

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

924

pic	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	FECHA : 12/08/2024
		PAGINA: 1 de 1

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA:	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA:	HORA INICIO:	HORA FIN:	LUGAR:
	Jornada de actividad física		04/07/25	07:00 AM	09:00 Am	Buenavista T.S

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
Andre Teran.	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1066735 916		15	M.	H	H						Andres
Arneidis Grandet	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista	T.I	1039097 613		15	F	M	H						Arneids
Analia. oluya.	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1124041 717		14	F	M	H						Analia
Victor Carrascal	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1067288 658		15	M.	H	H				3114065256		Victor
Merlys Navarro	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1129808 029		12	F	M	H				3028075526		Merlis
Karen Suez.	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1129807 330		17	F	M	H				3042806055		Karen
Karolina Suez.	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1129807 332.		17	F	M	H				3006782383		Karolina
Mateos Ruiz	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1067094 931		14	M.	H	H				3206297661		mateo ruiz
Simon Pulencia	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista	T.I	1138086 078		13	M	H	H				3205710440		Simon Pulencio
Victor Martinez	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1067094 947		12	M.	H	H				3116928435		Victor
Carlos Arrieta	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista	T.I	1066606 630		14	M	H	H						CARLOS
Jose Diaz	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1129807 740		15	M.	H	H						JOSE LUIS

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

925

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Paula Miranda, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 1003 072 155, en Representación del I.E. Tierra Santa, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Jornada de actividad física con estudiantes de infancia y adolescencia en busca de condiciones y habitos de vida saludable.

, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista T.S a los 04 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA: Paula A. Miranda Patrón
CEDULA DE CIUDADANÍA: 1.003.072.155
CELULAR: 301 683 0273.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No.3

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	04 /07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No.3

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	04 /07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No.3

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA -CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	04 /07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD



ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

JORNADAS DE ACTIVIDAD FÍSICA No.4

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	**ACTA DE CONCERTACIÓN**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO
	CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 02 del mes Julio del año 2025, se reunieron Emiro José Bula Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Paula Miranda, representante de I.E Tierra Santa de la zona Rural del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Jornada de actividad física
Eje/Dimensión	Atención primaria en salud
Fecha propuesta	04/07/25
Necesidad de apoyo logístico	Cuerdas, ula ulas, hidratación, transporte
Necesidad de talento humano	Lic. en Educación Física
Observaciones	

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Paula A. Miranda P.	Nombre:	Emiro Jose Bula V
Cedula de ciudadanía:	1.003.072.155	Cedula de ciudadanía:	1007798374
Entidad:	I.E. Tierra Santa	Entidad:	E.S.E CAMU Pueblo N
Numero de contacto	301 683 02 73	Numero de contacto	3235173899
Firma:	Mirandap.	Firma:	

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

931

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Cato Tierra Santa Buenavista	Hora de Inicio: 9:30 am
Fecha: 04 julio 2025	Hora de Finalización: 11:30 am

Objetivo(s) de la Reunión

promover y hacer la sensibilizacion sobre beneficios de la practica de la actividad fisica para la salud y de condiciones y estilos de vida saludable.

Desarrollo de la Reunión

Se realizó y se promovió la jornada de actividad física dirigidos a un grupo de Estudiantes de la zona Rural. del municipio de Buena vista, logrando abordar a Estudiantes de la infancia y adolescentes en la que se Incluyeron aerobicos, dantas, ula, ula, saltar la cuerda y desafio, entre otros. previo a la jornada de actividad. Fisica se dio una breve charla sobre la sensibilizacion sobre los beneficios de la actividad Fisica para la Salud y condiciones y estilos de vida saludables, se garantizó la hidratacion a los asistentes

Conclusiones

- Se realizó la jornada de actividad Fisica y se sensibilizo a los Asistentes sobre los beneficios de la actividad fisica.

Recomendaciones

Seguir participando de jornadas de Actividad Fisica.

Responsables de la Actividad

Emiro Bola
Lic. Edu. fisica

pic	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	FECHA : 12/08/2024
		PAGINA: 1 de 1

932

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA: Jornada de Actividad Física	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA: 04/07/25	HORA INICIO: 09:30 AM	HORA FIN: 11:30 AM	LUGAR: Buenavista T.5

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
Jiuna Sarchy.	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1040802594		10	F	M	H						Jiuna
Nini Chacon	I-E.T/Santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1129809354		9	F	M	H						Nini
ANA Garze.	I-E.T/Santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1220222424		9	F	M	H						Ana
Samuel Valencia.	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista	T.I	1067096655		10	M	H	H						Samuel
Shary Tres pulcio	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista	T.I	1067097040		11	F	M	H						sharitn
Mari.G.Oviedo	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista.	T.I	1220222464		12	F	M	H						Mariana
Ana Jimenez	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista	T.I	1220222424		9	F	M	H						ana sofia
Jorge Buenega	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista	T.I	1067097063		10	M	H	H						JORGE
Yuri Rumire.	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista	T.I	1067096695		11	M	H	H						daniela
Daniela Soto	I.E.T/Santa	Estudiante	B/vista	T.I	1067330870		11	F	M	H						
Jose. Perez.	I.E.T/Santa	Estudiante.	B/vista.	T.I	1067096888		11	M	H	H						Jose
Santy Torres	I.E.T/santa	Estudiante	Bluista	T.I	1229809204		11	M	H	H						Jane

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

pic	FORMATO	CÓDIGO: GMP-P4-F6
	LISTADO DE ASISTENCIA EXTERNO	VERSIÓN: 01
		FECHA : 12/08/2024
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA MEJORA CONTINUA Y PLANIFICACIÓN DEL SIG	PAGINA: 1 de 1

SECRETARÍA / DEPENDENCIA:	TEMA:	TIPO DE EVENTO: Capacitación, Asistencia técnica, Diálogo, Reunión	FECHA:	HORA INICIO:	HORA FIN:	LUGAR:
	Jornada de Actividad Física		04/07/25	09:30 Am	11:30 Am	Buenavista T.J

NOMBRES Y APELLIDOS	ENTIDAD / ORGANIZACIÓN	CARGO	MUNICIPIO	TIPO DE DOCUMENTO	NÚMERO DE DOCUMENTO	NIVEL DE ESCOLARIDAD	EDAD	SEXO	GENERO	ORIENTACIÓN SEXUAL	CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD	GRUPO ÉTNICO	OTRAS CONDICIONES	TELÉFONO DE CONTACTO	CORREO ELECTRÓNICO	FIRMA
Rafaela oviedo	I.E. T/santo	Estudiante	B/vista	TI	1129809352		9	F	M	H						Rafaela
Jesus Sierra	I.E.T/santa	Estudiante	B/vista	TI			10	M	H	H						JESÚS
Samuel echavarria	I.E.T/santo	Estudiante	B/vista	TI	1129809333		9	M	H	H						Samuel
Saray cadrasco	I.E.T/santo	Estudiante	B/vista	T.I	1063308047		8	F	M	H						Saray
Alex castillo	I.E.T/santo	Estudiante	B/vista	TI	N4245560533		9	M	H	H						Alex
Nisperuza Emmanuel	I.E.T/santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067097430		9	M	H	H	-					Emmanuel
Payares Tatiana	I.E.T/santo	Estudiante	B/vista	T.I	1067097473		10	F	M	H						Tatiana
Rivera Janer	I.E.T/santo	Estudiante	B/vista	T.I	1028407554		9	M	H	H						Janer
Ruiz Maria	I.E.T/santo	Estudiante	B/vista	T.I	1066188086		9	F	M	H						María

Nivel de escolaridad:
SIN: Sin nivel de escolaridad **PRI:** Primaria **SEC:** Secundaria **MED:** Media **TYT:** Técnico o Tecnológico **PRO:** Profesional **MAE:** Maestría **DOC:** Doctorado **POS:** Posdoctorado **MAS:** Maestro o Sabedor

Sexo: **M:** Masculino **F:** Femenino **I:** Intersexual
Género: **H:** Hombre **M:** Mujer **T:** Trans
Orientación sexual: **H:** Heterosexual **L:** Lesbiana **G:** Gay **B:** Bisexual **TG:** Transgénero **Q:** Queer **TS:** Transexual **+:** Otro **A:** Asexual

Tipo de documento: **CC:** Cédula **TI:** Tarjeta de identidad **CE:** Cédula de extranjería
Condición de discapacidad:
AUD: Auditiva **FIS:** Física **INT:** Intelectual **VIS:** Visual **SCE:** Sordoceguera **PSI:** Psicosocial **MUL:** Múltiple

Grupo étnico: **N:** Negro **A:** Afrodescendiente **R:** Raizal **P:** Palenquero **IND:** Indígena **PMGI:** Población migrante irregular **PMGR:** Población migrante regular **ROM:** Pueblo Rrom **SPE:** Sin pertinencia étnica

Otras condiciones Sociales: **CR:** Comunidad Rural; **CU:** Comunidad Urbana; **VICA:** Persona Víctima del Conflicto Armado; **PHCLL:** Persona Habitante de Calle; **PEP:** Persona en ejercicio de la prostitución; **PPL:** Persona Privada de la Libertad; **PEX:** Población Excombatiente; **MG:** Mujeres Gestantes; **CH:** Madres o padres Cabeza de Hogar

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Paula Miranda, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 1003 072 155, en Representación del I. E. Tierra Santa, certifico que Emiro José Bula Vergara, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: Jornada de actividad Física con estudiantes de Infancia y adolescencia en busca de condiciones y habitos de vida saludables.

, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Buenavista T.S a los 04 días del mes de Julio de 2025.

FIRMA:
CEDULA DE CIUDADANÍA: 1.003.072.155
CELULAR: 301 683 0273

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 4

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	04 /07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 4

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	04 /07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

Jornada No. 4

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Se promovió y se realizó jornadas de actividad física mensual, de dos (02) horas de duración en el entorno educativo del micro territorio urbano, en la que se incluyeron aeróbicos, danza, ula-ula, saltar la cuerda, desafío, entre otros. Se garantizó hidratación para los asistentes. Previo a la actividad se dio una breve charla de sensibilización sobre los beneficios de la actividad física para la salud y de condiciones y estilos de vida saludables.

Lugar:	BUENAVISTA – CGTO TIERRA SANTA
Fecha:	04 /07/25
Personas Intervenidas:	Estudiantes

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD



EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Organizar en el microterritorio urbano un evento mensual en el que se realicen mediciones de peso, toma de presión arterial, toma de glucometría, índice de masa corporal (IMC) y test de Snellen, previo a esto se debe dar una charla sobre la importancia de los hábitos saludables y los impactos de las condiciones no transmisibles en la calidad de vida. En caso de encontrar un resultado anormal, remitir el usuario a las ESE del municipio para su atención.

939

ZONA URBANA

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EJE: ATENCION PRIMARIA EN SALUD

ACTIVIDAD: Organizar en el microterritorio urbano un evento mensual en el que se realicen mediciones de peso, toma de presión arterial, toma de glucometría, índice de masa corporal (IMC) y test de Snellen, previo a esto se debe dar una charla sobre la importancia de los hábitos saludables y los impactos de las condiciones no transmisibles en la calidad de vida. En caso de encontrar un resultado anormal, remitir el usuario a las ESE del municipio para su atención.

OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Mejorar la calidad de vida y promover el bienestar general, tanto físico como mental. Esto se logra adoptando hábitos saludables como una alimentación equilibrada, la actividad física regular, el descanso adecuado, el manejo del estrés todas las condiciones no transmisibles en la calidad de vida.

CRONOGRAMA DE EVENTOS

N°	FECHA DE REALIZACIÓN:	LUGAR (BARRIO, VEREDA O SITIO)	HORA
1	3/06/2025	CENTRO DE VIDA	9:00 AM – 11:00 AM
2	8/07/2025	IGLESIA CUADRANGULAR B/ LA ESPERANZA	9:00 AM – 11:00 AM
3	8/08/2025	BARRIO LA ESPERANZA	4:00 PM – 6:00 PM

CONSOLIDACIÓN: Organizar en al micro territorio urbano un evento mensual en el que se realicen mediciones de peso, toma de presión arterial, toma de glucometría, índice de masa corporal (IMC) y test de Snellen, previo a esto se debe dar una charla sobre la importancia de los hábitos saludables y los impactos de las condiciones no transmisibles en la calidad de vida. En caso de encontrar un resultado anormal, remitir el usuario a las ESE del municipio para su atención.

Participantes Totales: 60		
Hombres	Mujeres	Municipio
17	43	Buenavista

INFORMACION OBTENIDA DE LA ACTIVIDAD:

Población objeto de intervención: 20 personas
Sexo: hombres: 12 Mujeres: 8
Género: Masculino: 12 Femenino:8
Orientación sexual: heterosexual:20
Persona con discapacidad:0
Grupos étnicos Indígena: 0

POBLACIÓN BENEFICIARIA: casa del adulto mayor

COMO SE CONVOCO LA POBLACIÓN: Se realizó Concertación directa con la coordinadora del instituto del adulto mayor de Buenavista Córdoba de la zona urbana, en esta se explica la importancia de realizar un monitoreo a la población priorizada con el objeto de evaluar su estado físico y la necesidad que presentan en este momento y poderlos remitir en caso de encontrar alguna alteración en su estado cardiovascular que ponga en riesgo su bienestar.

CONCERTACIÓN:

El día 30 de mayo del año 2025 a las 14:00 P.m. Se realizó Concertación directa con la coordinadora Nevis Julia Vergara del instituto del adulto mayor de Buenavista Córdoba de la zona urbana, en esta se explica la importancia de realizar un monitoreo a la población priorizada con el objeto de evaluar su estado físico y la necesidad que presentan en este momento y poderlos remitir en caso de encontrar alguna alteración en su estado cardiovascular que ponga en riesgo su bienestar.

DESCRIPCIÓN DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

La jornada inició con un saludo de bienvenida, el cual fue recibido con mucho entusiasmo los adultos maryores se mostraban muy contentos, se les explico la importancia de hacer actividades físicas que van a mejorar nuestro cuerpo como es el hacer algo de ejercicio como caminar, montar bicicleta etc ,alimentación saludable ,no fumar no tomar alcohol en fin todo lo que amerita llevar un estilo de vida saludable se continuo con una dinámica de aplausos y saludos y luego iniciamos con las tomas de glucometría, cada enfermera tomo un grupo de 5 personas para hacerle además de la glucometría ,la toma de tensión arterial, el peso ,la talla para obtener el índice de masa corporal y la medición de la vista con la cartilla de snell en esta actividad la mayoría tiene gafas y están en control, dentro del monitoreo realizado no se hizo ninguna remisión que si bien algunos se encuentran en categoría de sobrepeso se le educo en particular la importancia del ejercicio así sea en casa, compartimos unas frutas y se afianzo el tema de la importancia del consumo de frutas y verduras en nuestra alimentación se motivó a los participantes a reflexionar sobre el cuidado e nuestro sistema cardiovascular para evitar urgencias y algunos casos la muerte

Seguidamente, se abordaron los contenidos temáticos de manera didáctica:

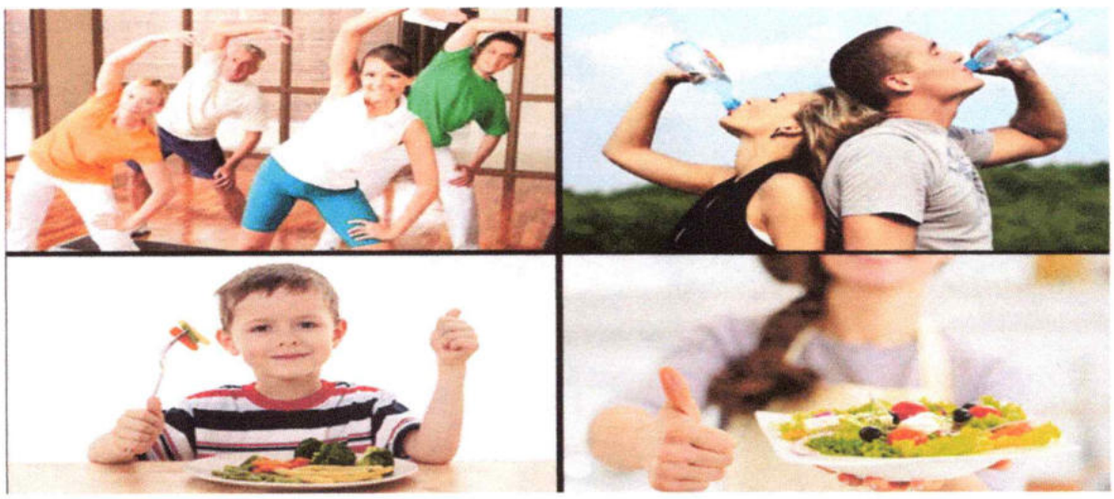
DIFICULTADES: los adultos tienen algunas costumbres en relación a alimentación, hábitos como fumar que manifiestan le es difícil de dejar de hacerlo

CONTENIDO TEMÁTICO: Los suministrado por la secretaria de desarrollo de la salud de córdoba.

QUE SON LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: son hábitos y costumbre que cada persona realiza para lograr un bienestar social y laboral

QUE ES EL AUTOCUIDADO: es amarse a sí mismo es conocer a su cuerpo es realizar actividades saludables

La Nutrición es la ciencia que se encarga de darnos los conocimientos necesarios para alimentarnos de forma correcta y que no se produzcan deficiencias ni a corto ni a largo plazo. Es un proceso biológico mediante el cual el organismo asimila los alimentos y los líquidos necesarios para el funcionamiento, mantenimiento y el crecimiento de sus funciones vitales. Muchas veces se utilizan como sinónimos nutrirse y alimentarse, siendo la diferencia fundamental que la nutrición conlleva unos procesos involuntarios que acontecen después de la ingesta de los alimentos, mientras que la alimentación es el acto de comer, y es totalmente voluntario, tú elijes qué, cuándo y cómo comes. La alimentación es por tanto la que va a dar a nuestro cuerpo el suministro imprescindible para: construir y renovar sus células y tejidos. mantener sus procesos internos de funcionamiento (respiración, digestión, metabolismo). obtener energía para poder trabajar, hacer deporte, etc



EJERCICIO FISICO

Desde cualquier punto de vista parece una evidencia que el ejercicio físico, actividad física y/o deporte son elementos condicionantes de la calidad de vida y por tanto de la salud y el bienestar, ya que existen suficientes datos científicos que concluyen que la actividad física, realizada de forma regular, es una conducta saludable. Cada día se consolida más la idea de que para lograr una mayor calidad de vida lo que no se requiere es un sistema que combata las enfermedades, sino un continuado y sistemático programa de prevención, a través del ejercicio físico. Al hablar de calidad de vida hay que hacerlo desde la perspectiva de vivir mejor y más años. Para ello es necesario fomentar unos hábitos de vida saludables desde edades tempranas.

ACTIVIDADES QUE PROTEGEN LA SALUD

- Actividad física
- mantener un peso adecuad
- controlar la rabia el estrés
- Cuidado Físico

- **Alimentación:**

Prioriza frutas y verduras, consume suficiente fibra y evita el exceso de grasas y sal.

- **Hidratación:**

Bebe agua constantemente para mantener el cuerpo bien hidratado y asegurar el buen funcionamiento de los órganos.

- **Actividad física:**

Realiza ejercicios adecuados a tu condición física para mantener la movilidad, la flexibilidad y la fuerza. Caminar, bailar o hacer jardinería son buenas opciones.

- **Descanso:**

Duerme lo suficiente (aproximadamente 7 horas) y busca tener un sueño reparador.

- **Prevención de caídas:**

Mantén tu casa bien iluminada, sin alfombras sueltas o desniveles en el piso. En el baño, usa agarraderas y considera pisos antideslizantes.

- **Cuidado de la piel y los pies:**

Revisa tu piel y tus pies regularmente para prevenir y detectar problemas a tiempo.

- **Asistencia médica:**

Cumple con los tratamientos y medicamentos recetados. No te automediques y mantén al día tus chequeos médicos.
Cuidado Mental y Social

- **Estimulación cognitiva:** Mantén tu mente activa con actividades como la lectura, juegos, pasatiempos o aprendizaje continuo para mantener la memoria y la agudeza mental.
- **Actividad social:** Participa en actividades sociales para mantener conexiones significativas, prevenir el aislamiento y evitar la soledad.
- **Actitud positiva:** Desarrolla una actitud positiva ante las situaciones de la vida cotidiana.

Hábitos Saludables

- **Evita el tabaco y el exceso de alcohol:**

Reduce o elimina el consumo de estas sustancias, ya que son perjudiciales para la salud.

- **Adapta tu rutina:**

Acepta y utiliza dispositivos de ayuda como anteojos, audífonos o bastones que puedan mejorar tu calidad de vida y autonomía.

Entorno y Seguridad

- **Adaptar tu hogar:**

Asegúrate de que las alfombras estén pegadas al suelo o retiradas, las barandas estén firmes, y el baño esté bien iluminado y seguro.

- **Cuidado al exterior:**

Sé precavido en la calle al subir escaleras, cruzar calles o circular por vías en mal estado.

945

EVENTO No 1

Cra. 10 No. 13-92, calle Iván Quintero - Pueblo Nuevo - Córdoba
(754) 7653753 3103529801 - 3103529802
http://www.esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co
contactenos@esecamu-pueblonuevo-cordoba.gov.co

¡Comprometidos con tu Salud!

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud · Gobernación de Córdoba	ACTA DE CONCERTACIÓN CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

ACTA DE CONCERTACIÓN DE ACTIVIDADES

El día 29 del mes Mayo del año 2025, se reunieron Diana Carolina Vergara, representante de la **ESE CAMU PUEBLO NUEVO** y Neus Julia Vergara, representante de Centro de Vida de la zona Urbana del municipio de Buenavista, con el objetivo de realizar la concertación de las actividades definidas en el contrato interadministrativo N°**SS-003-2025,** celebrado entre la ESE CAMU PUEBLO NUEVO y la Gobernación de Córdoba.

Las actividades a concertar son las siguientes:

Actividad propuesta	Indice de masa corporal y habitos saludables
Eje/Dimensión	Atencion primaria en salud
Fecha propuesta	3 de Junio
Necesidad de apoyo logístico	- Rotafolio
Necesidad de talento humano	Enfermero y Auxiliares de enfermeria
Observaciones	Sin Observaciones

Se da por terminada la reunión con la firma de los participantes:

Nombre:	Neus J. Vergara B	Nombre:	Diana Carolina Vergara
Cedula de ciudadanía:	50 886 272	Cedula de ciudadanía:	1.067094313
Entidad:	UAE Centro de Vida MA	Entidad:	Camu de Pueblo nuevo
Numero de contacto	3205189197	Numero de contacto	3207313290
Firma:	Neus J. Vergara B	Firma:	Diana Vergara

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	FORMATO	VERSIÓN: 02
	ACTA DE REUNIONES SALUD PUBLICA	FECHA: 15-08-2012
	PROCESO DE GESTIÓN DE LA SALUD	PÁGINA 1 DE 1

ACTA DE REUNIÓN

Lugar: Centro de vida	Hora de Inicio: 9:00 am.
Fecha: 3 de Junio	Hora de Finalización: 11:00 am

Objetivo(s) de la Reunión

mejorar la calidad de vida y promover el bienestar general, tanto físico como mental. Esto se logra adoptando hábitos saludables con una alimentación equilibrada, la actividad física regular y el descanso adecuado

Desarrollo de la Reunión

Se realiza taller de la importancia de hacer actividad física, de cuan a mejorar nuestro cuerpo como es el hacer un poco de ejercicio como, caminar, montar bicicleta, etc. y una buena alimentación saludable, no fumar no tomar alcohol en fin no llevamos un buen estilo de vida saludable

Conclusiones

el bienestar es un proceso integral. un estilo de vida saludable no se limita solo a la dieta o al ejercicio, es un equilibrio entre el bienestar físico mental y emocional.

Recomendaciones

Sin Recomendaciones

Responsables de la Actividad

Diana C. Vergara

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

948

EJE: Atencion Primaria en Salud.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: (IMC) Importancia de los hábitos saludable

DIA:	3	MES:	Junio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Centro de Vida Gan-Nam	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Fabio Guerra Lopez	CC	15.660.669	no tiene	71	M	H								X	X							X		cFabio Guerra
2	Nelson perez G.	CC	[illegible]	—	63	M	H								X	X							X		x no firma
3	Humberto Montalvo	CC	6.699.883	no tiene	75	M	H								X	X							X		Humberto M
4	Apolinar Acosta	CC	2.806.682	no tiene	83	M	A								X	X							X		no Firma
5	Ivan Rivero T.	CC	6.700.937	3116166501	67	M	H								X	X							X		no Firma
6	Gladis Castillo	CC	25.892.555	no tiene	65	F	M								X	X							X		no Firma
7	Teodora Castro Q.	CC	26025.092	no tiene	71	F	M								X	X						X			no Firma
8	Luis Manuel Oyola	CC	2.808.662	no tiene	82	M	H								X	X							X		no firma
9	Francisco segura	CC	10.889.050	no tiene	80	M	H								X	X							X		no F.
10	Maria Taranillo L.	CC	50.884.830	no tiene	77	F	M								X	X							X		no F.

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

FORMATO DE ASISTENCIA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO N° SS-003-2025

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

949

EJE: Atencion primaria en salud

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: (1 M C) importancia de los hábitos saludable

DIA:	3	MES:	Junio	AÑO:	2025	UBICACIÓN:	Centro de cada 9am-11am	ZONA:	Urbana

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		TELÉFONO	EDAD	SEXO	GENERO	TIPO DE POBLACIÓN								SGSSS			LABORA				MATERIAL DE APOYO		FIRMA
		TIPO	NUMERO					GESTANTE	NARP	INDÍGENA	ROM	DISCAPCIDAD	VÍCTIMA	MIGRANTE	POBLACIÓN GENERAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	OTRO	SI	NO	FORMAL	INFORMAL	SI	NO	
1	Sara Emilia londaño	CC	50.856.005	—	83	F	M								X	X				X			X		NO firma.
2	Rosio Villarva	CC	50.994.614	—	64	F	M								X	X				X			X		Rosio
3	Julio Vestrun	CC	6.6[illegible]62	—	76	M	H								X	X				X			X		Julio Bello
4	Diego Sanchez	CC	6.700.540	—	67	M	H								X	X				X			X		NO firma.
5	Segundo Ramo	CC	1096909 678	—	88	M	H								X	X				X			X		NO firma.
6	Miguel Mendoza	CC	78.320814	—	64	M	H								X	X				X			X		Luis Mendoza
7	Seneth Lozano	CC	32738027	—	66	F	M								X	X				X			X		Seneth Lozano
8	Sonobia Vergara	CC	35.723749	—	69	F	M								X	X				X			X		Sonovia M-C
9	Albenia Ramos	CC	34.964997	—	77	F	M								X	X				X			X		Albenia Ramos
10	Cesar Petro	CC	678282	—	79	M	H								X	X				X			X		Cesar Petro

950

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3-JUN-20	Territorio	Urbano			Micro territorio	Entra		
Nombre	Gladis Castillo			Edad		EPS	NUEVOS		
TA	120/90	Peso	67.6	Talla	1.58	IMC	26.84	Glucometría	457 mg/dL

Realiza ejercicios	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Fuma	Si X	No	¿Cuántas veces a la semana?	7 Ves
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES Presenta Glucometria al de 457 mg/dL. por no tomar Medicamento

REMITIDO a la Esf camu

FIRMA

951

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3 Junio	Territorio	Urbano			Micro territorio	Estrella.
Nombre	Apolinar Costa.			Edad		EPS	S/EPS
TA	7	Peso	68	Talla	1.70	IMC	23,1 M.	Glucometría	7.26.

Realiza ejercicios	Si X	No	¿Cuántas veces a la semana?	5 días
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

952

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud	GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	**TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR**	ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3 Junio	**Territorio**	Ghano				**Micro territorio**	Estrella	
Nombre	Favio Aldemar.			**Edad**	41		**EPS**	NUEVA EPS	
TA	120/70	**Peso**	70	**Talla**	1.99	**IMC**	17.68	**Glucometría**	99 mg/dL.

Realiza ejercicios	~~Si~~	**No**	**¿Cuántas veces a la semana?**	5 veces
Fuma	Si	No X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	Si	No X	**¿Cuántas veces a la semana?**	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA Favio Jurado

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3 Junio	**Territorio**	Urbano				**Micro territorio**	Estrella	
Nombre	Diego Saenz				**Edad**	75	**EPS**		
TA	130/80	**Peso**	68	**Talla**	1.60	**IMC**	26.	**Glucometría**	110 mg/dL

Realiza ejercicios	**Si**	**No**	**¿Cuántas veces a la semana?**	1 vez.
Fuma	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	

OBSERVACIONES

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

954

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3 Junio	**Territorio**	C+Daro				**Micro territorio**	Estrella	
Nombre	Segundo Ramos				**Edad**	66	**EPS**		
TA	130/72	**Peso**	67	**Talla**	1.67	**IMC**	24.02	**Glucometría**	112

Realiza ejercicios	**Si** X	**No**	**¿Cuántas veces a la semana?**	5 veces
Fuma	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

955

pic Plan de Intervenciones Colectivas en Salud	GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA	**TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR**

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3/jul	**Territorio**	Salud				**Micro territorio**	Estella	
Nombre	Victor Diaz				**Edad**	28	**EPS**		
TA	120/90	**Peso**	70	**Talla**	158	**IMC**		**Glucometría**	103

Realiza ejercicios	**Si**	**No**	**¿Cuántas veces a la semana?**	2 veces
Fuma	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA Victor Diaz

956

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	31/05/2023	**Territorio**	Mendoza				**Micro territorio**	6	
Nombre					**Edad**	62	**EPS**		
TA	110/78	**Peso**	68	**Talla**	1,66	**IMC**	24	**Glucometría**	100mg/dL

Realiza ejercicios	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Fuma	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	**Si** X	**No**	**¿Cuántas veces a la semana?**	1 vez al mes

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

957

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3/6/26		Territorio	Sabana			Micro territorio	Estrella	
Nombre	Bosco Ulalia				Edad	64	EPS		
TA	130/80	Peso	62	Talla	1.50	IMC	26	Glucometría	128 mg/dl

Realiza ejercicios	Si X	No	¿Cuántas veces a la semana?	7 veces
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

958

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3 Nov	**Territorio**	Urbano				**Micro territorio**	Estrella	
Nombre	Albenia Ramos				**Edad**	77	**EPS**		
TA	110/80	**Peso**	52	**Talla**	153	**IMC**	22.2	**Glucometría**	114 mg/dL

Realiza ejercicios	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Fuma	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	

OBSERVACIONES

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

REMITIDO_____

FIRMA Albenia Ramos

959

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3/Nov		Territorio	El barro 83			Micro territorio	Estrella	
Nombre	Sara Correa				Edad		EPS		
TA	110/70	Peso	50.	Talla	1.25	IMC		Glucometría	110. mg/dL

Realiza ejercicios	Si	No	¿Cuántas veces a la semana?	3 veces
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

960

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3/10/10		Territorio		Urbano			Micro territorio	Estrella
Nombre	[illegible]					Edad	66	EPS	
TA	140/60	Peso	62	Talla	1.67	IMC	22.2	Glucometría	95 mg/dl

Realiza ejercicios	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3/11/25		**Territorio**	Urbano			**Micro territorio**	Estadio	
Nombre	Eduardo Antonio Amador				**Edad**	74	**EPS**		
TA	140/80	**Peso**	62.5	**Talla**	1.60	**IMC**	26.2	**Glucometría**	113

Realiza ejercicios	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Fuma	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

962

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3/JUNO	Territorio	URBANO				Micro territorio	65	16
Nombre	CESAR PETRO				Edad	70	EPS		
TA	110/60	Peso	65.00	Talla	1.50	IMC	72.1	Glucometría	137

Realiza ejercicios	Si	No	¿Cuántas veces a la semana?	3 VECES
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA CESAR PETRO

963

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3 Julio		Territorio	Urbano			Micro territorio	Estarto	
Nombre	Rosalina Jaramillo				Edad	73	EPS		
TA	120/80	Peso	63	Talla 162		IMC	24.	Glucometría	134 mg/dL

Realiza ejercicios	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3/jno	Territorio	Cerbano				Micro territorio	Estrella	
Nombre	Carmen Mercado				Edad	69.	EPS		
TA	120/80	Peso	83K.	Talla	1.51	IMC	36	Glucometría	120mg/dc

Realiza ejercicios	Si	No	¿Cuántas veces a la semana?	2 veces
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

Se le informa que esta en obesidad Grado II.

REMITIDO _____

FIRMA Carmen M-C

965

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	2/2/no	Territorio	Usparo				Micro territorio	65	119
Nombre	Luis Ortola Cuadro				Edad		EPS		
TA	120/80	Peso	50.7	Talla	1.56	IMC	21.	Glucometría	102 mg/dl

Realiza ejercicios	Si	No	¿Cuántas veces a la semana?	Camina 5 veces
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3/mayo		Territorio	Urbana			Micro territorio	Estrella	
Nombre	Arleth Cas[illegible]o				Edad	21	EPS	NUEVA EPS	
TA	130/80	Peso	64	Talla	165	IMC	32	Glucometría	170mg/dL

Realiza ejercicios	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

Se le informa al paciente que esta en Obesidad. 32 Grado I

REMITIDO _____

FIRMA _____

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3/JUNO	Territorio	Urbano			Micro territorio	Estrella
Nombre	JUAN RIVERO			Edad	67	EPS	NUEVA EPS
TA	120/80	Peso	67.8	Talla	1.72	IMC	22	Glucometría	128

Realiza ejercicios	Si X	No	¿Cuántas veces a la semana?	3 veces
Fuma	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

968

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

Fecha	3/JUNIO	**Territorio**	CORDOBA			**Micro territorio**	ESTRELLA		
Nombre	ALMIDERTO MONTALVO			**Edad**	83	**EPS**	NUEVA EPS		
TA	120/70	**Peso**	73	**Talla**	175	**IMC**	23.8	**Glucometría**	134 mg/dL

Realiza ejercicios	**Si**	**No**	**¿Cuántas veces a la semana?**	4 veces.
Fuma	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	
Consume alcohol	**Si**	**No** X	**¿Cuántas veces a la semana?**	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA Hernando B

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

TAMIZAJE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

Fecha	3 JUN 19		Territorio	Urbano			Micro territorio	Astilla	
Nombre	[illegible]				Edad		EPS	NUEVA EPS	
TA	120/70	Peso	58.5	Talla	162	IMC	22.3	Glucometría	115

Realiza ejercicios	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	
Fuma	Si X	No	¿Cuántas veces a la semana?	5 veces
Consume alcohol	Si	No X	¿Cuántas veces a la semana?	

OBSERVACIONES

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

REMITIDO_____

FIRMA_____

pic
Plan de Intervenciones Colectivas en Salud

GOBERNACIÓN DE CÓRDOBA

ESE CAMU PUEBLO NUEVO

CERTIFICACIÓN

A QUIEN INTERESE:

Yo, Nevis J. Vergara Bargas, identificado con la Cédula de Ciudadanía N° 50886272, en Representación del Centro de Vida María Auxiliadora certifico que Diana Carolina Vega, en representación de la ESE CAMU PUEBLO NUEVO, realizó: actividad IMC.

_____

_____

_____

_____, en un espacio público del municipio, garantizando seguridad e insumos para la actividad.

Para constancia se firma en Centro de vida a los 3 días del mes de Junio de 2025.

FIRMA: Nevis J. Vergara R.
CEDULA DE CIUDADANÍA: 50886272
CELULAR: 3205189197

ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
EVENTO No.1

ACTIVIDAD: Evento mensual en el que se realicen mediciones de peso, toma de presión arterial, toma de glucometría, índice de masa corporal (IMC) y test de Snellen, previo a esto se debe dar una charla sobre la importancia de los hábitos saludables y los impactos de las condiciones no transmisibles en la calidad de vida. En caso de encontrar un resultado anormal, remitir el usuario a las ESE del municipio para su atención.

Lugar:	Centro de vida
Fecha:	3 de junio de 2025 **HORA:** 9:00 am – 11:00 am
Personas Intervenidas:	Población general





ESE CAMU PUEBLO NUEVO
NIT.812.001.520-9

EVIDENCIA FOTOGRAFICA
EVENTO No.1

ACTIVIDAD: Evento mensual en el que se realicen mediciones de peso, toma de presión arterial, toma de glucometría, índice de masa corporal (IMC) y test de Snellen, previo a esto se debe dar una charla sobre la importancia de los hábitos saludables y los impactos de las condiciones no transmisibles en la calidad de vida. En caso de encontrar un resultado anormal, remitir el usuario a las ESE del municipio para su atención.

Lugar:	Centro de vida
Fecha:	3 de junio de 2025 **HORA:** 9:00 am – 11:00 am
Personas Intervenidas:	Población general



