FICHA TÉCNICA PARA LA PLANEACIÓN DE SESIONES Y HERRAMIENTA/S PEDAGÓGICAS (**)	
Sesión No.	Sesión No 4
Práctica (s) o tema (s)	1. La salud integral. 2. Acciones de prevencion y promocion de la salud. 3. La importancia del autocuidado 4. Vacunacion y enfermedades inmunoprevalentes.
Mensaje	En equilibrio chiri-chajua: Feria de salud autocuidado
Objetivo IEC	*Promover una cultura de prevención y el autcuidado en la comunidad Ambika Pijao mediante la realización de la feria de servicios chiri-chawa con charlas informativas y chequeos básicos, logrando que los asistentes identifiquen sus factores de riesgo personales durante la jornada. *Capacitar a los asistentes en técnicas de autocuidado y hábitos de vida saludables a través de talleres prácticos, asegurando que los participantes salgan con un plan de acción personal para mejorar su bienestar diario
Marco de referencia	***Chiri- chajua:** La esencia del concepto de salud de la comunidad Pijao es el equilibrio entre lo frio y lo caliente, la armonía que se preserva actuando de acuerdo las leyes dejadas por los ancestros. la enfermedad es rompimiento del equilibrio por quebrantar diche normatividad. la curación implica el restablecimiento entre lo frio y lo caliente. salud para el indígena pijao es territorio, recursos, naturales, educación en salud, capacitación; que no haya contaminación del ambiente; estar sin problemas, sin guerra; tener territorio libre; tener comida suficiente; es el equilibrio físico, mental, social y el bienestar de la comunidad; tener alimentación variada; proporcionar salud y prevención de la enfermedad. Los indígenas Pijao clasifican las enfermedades: *Enfermedades producidas por frio o calor. * Enfermedades Producidas por maldiciones, venganzas, celos o envidias. ***La salud** es un estado integral de bienestar físico, mental y social, no solo la ausencia de enfermedades, constituyendo un derecho fundamental. Alcanzarla implica un equilibrio basado en una dieta balanceada, ejercicio físico regular, sueño de calidad y el manejo de factores de riesgo como el tabaquismo o el consumo de alcohol. ***Promoción de la salud.** En el campo de la salud se ha trabajado fundamentalmente sobre cómo enfrentar la enfermedad, mas ocasionalmente en cómo prevenirla y poco en el cuidado de la salud, lo cual se pretende cambiar con la Promoción de la salud: La promoción de la salud es el proceso que capacita a individuos y comunidades para aumentar el control sobre su propia salud, mejorándola a través de estilos de vida saludables, entornos seguros y educación sanitaria. Busca prevenir enfermedades, mejorar la calidad de vida y fomentar la participación activa, siendo clave la creación de políticas públicas y acciones conjuntas. Programas de ejercicio: Actividades físicas dirigidas en la comunidad o empresas. Campañas de educación nutricional: Fomento de la alimentación sana. Entornos saludables: Promoción de espacios públicos para la actividad física. Empoderamiento: Capacitación a personas para la toma de decisiones saludables. ***Prevención de la enfermedad:** Mientras la prevención busca evitar enfermedades específicas (ej. vacunas), la promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud. ***Autocuidado:** es la capacidad de las personas para promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional a través de prácticas diarias y conscientes. Implica hábitos como una alimentación equilibrada, ejercicio regular, sueño adecuado y gestión del estrés, siendo esencial para mantener la salud integral con o sin apoyo profesional, el objetivo principal del autocuidado es mejorar la calidad de vida, aumentar la energía y reducir la ansiedad mediante acciones que cada persona personaliza según sus necesidades.
Metodología para el desarrollo de la sesión Actividades en información, educación, comunicación	**Primer momento: (30 minutos)** Ingreso y registro, armonización de la jornada, Saludo inicial y palabras de bienvenida y contextualización del tema a trabajar. (gestora social – nutricionista – equipo de medicina tradicional). **Segundo momento: (40 minutos)** Por medio de una actividad lúdica de baile se desarrollara una sesión de rumba aerobicacon musica tradicional colombiana, con todas las familias dando inicio a la jornada de la feria servicios en salud chiri-chajua. donde tambien se ira explicando en el desarrollo de la acuvidad los beneficios que tiene la practica de actividad fisica para tenetr un buen estado de salud. **Tercer momento: (90 minutos)** Desarrollo de la actividad: feria de servicios de salud Chiri-chajua, se dispondran de varios espacios destinados a prestar servios de salud y charlas informativas sobre temas relacionados acciones de salud de promocion de la salud y prevencion de la enfermedad, cada familia portara una tarjeta donde debe recibir un sello de cada una las estaciones que certifique que participaron en todos los puntos de la feria Chiri-Chajua. * Punto No 1: Cuidate y se feliz: este punto estara dirigido por la Sub Red Sur: donde las familias tendran acceso a informacion relacionada con la prevencion de enefermedades no trasmisibles, ademas de la toma de tension arterial, glucometrias, identificacion del riesgo cardiovascular. peso, talla, circundferencia de cintura. *Punto No. 2: Vacunación: la Sub Red Sur Ofrecera el Servicio de vacunacion de enfermedades como la influenza para niños, adultos y adultos mayores, Fiebre amarilla, esquema regular para menores 5 años, niños y niñas de 9 años, que requieran cumplir con los esquemas regulares. * Punto No 3: Atencion a poblacion con discapacidad, donde se brindara talleres sobre los tipos de discapacidad asi como orientacion hacia los requisitos necesarios para para acceder a los certificados de discapacidad y programas Centros Crecer. * Punto No 4: Actividad ludica con la secretaria de mobilidad, trasmilenio donde se realizan acciones educativas con la comnuidad sobre el adecuao manejo de los servicios de trasporte publico, personalizacion de tarjetas y accesoa beneficios a poblacion vulnerable. * Punto No. 5: Atencion MAI: medicina tradicional: donde la comunidad podra acceder a servicios desde la medicina propia con el equipo de medico y partera de la comunidad. * Punto No 6: Nutricion para sentirte bien: donde los participantes podran acceder a charlas relacionadas con el adecuado consumo de alimentos por medio de dinamicas de juego concentrece, se realizaran actividades dirigidas a la promocion del consumo de frutas, verduras, y una dieta saludable, para la prevencion de la malnutrición. *Punto No 7: Verse bien sentirse bien: punto donde se prromueve el autocuidado, donde se realizaran actividades de barberia, corte de cabello y cuidado de las uñas, para los participantes que estn interesados mandando el mensaje de la importancia de promover la higiene y el cuidado de la imagen corporal como paret importante de la salud mental. **Cuarto momento: (30 minutos):** Para finalizar la actividad se realizara una retroalimentación con las familias de la importancia del autocuidado para el mantenimiento de la salud, se enviara a las familias una evaluacion por un formulario virtual de la jornada, donde se pregunte sobre conceptos basicos trabajados en la feria. asi como la satisfaccion de las familias con la actividad desarrollada.- entrega de refrigerios.
No. de participantes por sesión	287 personas
Herramienta pedagógica	tarjetas de participacion, juego concentrece, elementos para la toma de signos y antropometricos, musica (rumba aerobica)
Recursos	parlante, microfono, musica, computadores, colegio guayasamin, salones de la institucion, papel, cartulinas, esferos, marcadores, imágenes de alimentos, basculas, tallimetros, tensionetro, glucometro, equipos de salud tradicional, y occidental.
Registro fotográfico del material	Incluya enlace de acceso al registro fotográfico de la herramienta.
Valoración de la sesión	Ubique el enlace del material de la valoración, de acuerdo con la programación establecida en la siguiente pestaña de este formato. Ejemplo: archivo de preguntas, material valoración.

Estas sesiones deben registrarse en el formato cronograma para la promoción de promoción de prácticas saludables con las fechas de implementación.

(**) Elaborar una ficha por cada sesión con la correspondiente herramienta pedagógica que se requiera para el desarrollo de la estrategia.

ACTA N° 4

FECHA: Bogotá, marzo, 21 de 2026

HORA: 9:00 a.m. - 1:00 p.m.

LUGAR: I.E. Oswaldo Guayasamin Usme.

TEMA: Taller estrategia IEC – feria de salud en equilibrio chiri-chajua

ASISTENTES: Ver planilla de asistencia – familias beneficiarias de Canasta de alimentos para familias indígenas.

ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo y contextualización del tema a desarrollar.
2. Contextualización de la dinámica a desarrollar en la feria de servicios.
3. Actividad física – rumba a aeróbica
4. Desarrollo de la feria, servicios en los diferentes puntos de atención.
5. Entrega de refrigerios.

DESARROLLO:

De acuerdo con lo establecido en el anexo técnico para la complementación alimentaria de canastas en cabildos indígenas, vinculados al proyecto 7953: “Generación del bienestar alimentario y nutricional en Bogotá D.C”; en lo referente específicamente al subcomponente de Promoción De Hábitos En Estilos De Vida Saludable: Alimentación, Nutrición Y Actividad Física, se da lugar al segundo taller de la estrategia IEC denominada “feria de servicios en equilibrio chiri-chajua”. Dicho taller se realizó dirigido a todas las familias beneficiarias de la canasta de alimentos, en especial a las personas que se han identificado con malnutrición y discapacidad, con el fin de, Promover una cultura de prevención y el autocuidado en la comunidad Ambika Pijao mediante la realización de la feria de servicios chiri-chajua con charlas informativas y chequeos básicos, logrando que los asistentes identifiquen sus factores de riesgo personales durante la jornada y Capacitar a los asistentes en técnicas de autocuidado y hábitos de vida saludables a través de talleres prácticos, asegurando que los participantes salgan con un plan de acción personal para mejorar su bienestar diario

Por medio de una jornada se trabajaron conceptos como:

- **Chiri- chajua:** La esencia del concepto de salud de la comunidad Pijao es el equilibrio entre lo frio y lo caliente, la armonía que se preserva actuando de acuerdo las leyes dejadas por los ancestros. la enfermedad es rompimiento del equilibrio por quebrantar diche normatividad. la curación implica el restablecimiento entre lo frio y lo caliente. salud para el indígena pijao es territorio, recursos, naturales, educación en salud, capacitación; que no haya contaminación del ambiente; estar sin problemas, sin guerra; tener territorio libre; tener comida suficiente; es el equilibrio físico, mental, social y el bienestar de la comunidad; tener alimentación variada; proporcionar salud y prevención de la enfermedad. Los indígenas Pijao clasifican las enfermedades: *Enfermedades producidas por frio o calor. * Enfermedades Producidas por maldiciones, venganzas, celos o envidias.
- **La salud** es un estado integral de bienestar físico, mental y social, no solo la ausencia de enfermedades, constituyendo un derecho fundamental. Alcanzarla implica un equilibrio basado en una dieta balanceada, ejercicio físico regular, sueño de calidad y el manejo de factores de riesgo como el tabaquismo o el consumo de alcohol.
- **Promocion de la salud**. En el campo de la salud se ha trabajado fundamentalmente sobre cómo enfrentar la enfermedad, mas ocasionalmente en cómo prevenirla y poco en el cuidado de la salud, lo cual se pretende cambiar con la Promoción de la salud: La promoción de la salud es el proceso que capacita a individuos y comunidades para aumentar el control sobre su propia salud, mejorándola a través de estilos de vida saludables, entornos seguros y educación sanitaria. Busca prevenir enfermedades, mejorar la calidad de vida y fomentar la participación activa, siendo clave la creación de políticas públicas y acciones conjuntas. Programas de ejercicio: Actividades físicas dirigidas en la comunidad o empresas. Campañas de educación nutricional: Fomento de la alimentación sana. Entornos saludables: Promoción de espacios públicos para la actividad física. Empoderamiento: Capacitación a personas para la toma de decisiones saludables.
- **Prevención de la enfermedad:** Mientras la prevención busca evitar enfermedades específicas (ej. vacunas), la promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud. *Autocuidado: es la capacidad de las personas para promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional a través de prácticas diarias y conscientes. Implica hábitos como una alimentación equilibrada, ejercicio regular, sueño adecuado y gestión del estrés, siendo esencial para mantener la salud integral con o sin apoyo profesional, el objetivo principal del autocuidado es mejorar la calidad de vida, aumentar la energía y reducir la ansiedad mediante acciones que cada persona personaliza según sus necesidades.

Las familias tuvieron la oportunidad de pasar por las diferente estaciones o puntos de atención donde diferentes profesionales brindaron orientación sobre cuidado de la salud, prevención de enfermedades y accidentes, y asesoría sobre temas de acceso a servicios de población con discapacidad:

Punto No 1: Cuídate y se feliz: este punto estuv dirigido por la Sub Red Sur: donde las familias tendrán acceso a información relacionada con la prevención de enfermedades no trasmisibles, además de la toma de tensión arterial, glucometrías, identificación del riesgo cardiovascular. peso, talla, circunferencia de cintura. ***Punto No. 2:** Vacunación: la Sub Red Sur Ofrecio el Servicio de vacunación de enfermedades como la influenza para niños, adultos y adultos mayores, Fiebre amarilla, esquema regular para menores 5 años, niños y niñas de 9 años, que requieran cumplir con los esquemas regulares**.* Punto No 3:** Atención a población con discapacidad, donde se brindaron talleres sobre los tipos de discapacidad así como orientación hacia los requisitos necesarios para para acceder a los certificados de discapacidad y programas Centros Crecer. *** Punto No 4:** Actividad lúdica con la secretaria de movilidad, Transmilenio donde se realizaron acciones educativas con la comunidad sobre el adecuado manejo de los servicios de trasporte público, personalización de tarjetas y acceso a beneficios a población vulnerable. *** Punto No. 5:** Atención MAI: medicina tradicional: donde la comunidad podrá acceder a servicios desde la medicina propia con el equipo de médico y partera de la comunidad. *** Punto No 6:** Nutrición para sentirte bien: donde los participantes podrán acceder a charlas relacionadas con el adecuado consumo de alimentos por medio de dinámicas de juego concéntrese, se realizarán actividades dirigidas a la promoción del consumo de frutas, verduras, y una dieta saludable, para la prevención de la malnutrición.

Las familias participaron activamente en las diferentes estaciones donde tenían intereses mínimo participaron en 3 espacios.

Evaluación de la sesión: para la evaluación de la sesión se realizo un sondeo sobre los conceptos básicos trabajados y sobre las estaciones a las que las familias pudieron tener acceso esta evaluación se realizo por medio de un formulario Google y se recolectaron 35 respuestas, lo que corresponde al 14. 6 % de los participantes, donde las familias reconocieron los conceptos de autocuidado, prevención y promoción de la salud, trabajado en el desarrollo de la feria de servicios, se adjuntan a continuación los resultados de la evaluación.

Se da cierre a la actividad física y una reflexión de la jornada.

Se concluye la actividad con la entrega de un refrigerio industrializado, yorguth, ponqué de vainilla y manzana

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Asistir a las próximas actividades programadas dentro de la estrategia IEC establecidas para el cabildo.	Familias beneficiarias del servicio de canasta	Abril de 2026

Anexos: archivo fotográfico y asistencia de la actividad.



Elaboró: María del Pilar Melo Aguilar nutricionista.

EVALUACION: 21 DE MARZO DE 2016 - FERIA DE SERVICIOS EN EQUILIBRIO CHIRI-CHAJUA

Marca temporal	Puntuación	NOMBRE COMPLETO	No DE DOCUMENTO	1. Que entiende por autocuidado.	2.La siguiente afirmacion es falsa o verdadera: en la medicina tradicional Pijao el concepto de salud contempla el equilibrio entre lo frio y lo caliente y la enfermedad es el rompimiento de ese equilibrio.	3. Que es la promocion de la salud?	4. Seleccione cuales son actividades de promocion de la salud:	5. Que accion o acciones puede implementar su familia para mejorar y cuidar su salud
3/21/2026 13:41:12	5 / 6	TERESA JUANIAS TIQUE	52225821	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	hacer actividad fisica y comer mas saludable
3/21/2026 13:43:14	3 / 6	Maria lorena tique alape	1033758660	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	Son las acciones que buscan evitar enfermedades específicas (ej. vacunas)	Manejo de residuos, higiene diaria, afiliacion a servicios de salud.	Acciones de autocuidado.
3/21/2026 13:45:22	2 / 6	Laura katherinne barrera M	1031173694	Es un estado integral de bienestar físico, mental y social	VERDADERO	Son acciones que buscan tratar las enfermedades existentes en las personas yevitar sus complicaciones	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	Asistir al servicio medico con regularidad y hacer ejercicio.
3/21/2026 13:45:23	4 / 6	Andres Julian Bocanegra	1022952749	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	ejercicio y dieta
3/21/2026 13:45:36	3 / 6	Maria Adela Bocanegra Perez	51843595	Es un estado integral de bienestar físico, mental y social	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Manejo de residuos, higiene diaria, afiliacion a servicios de salud.	comer frutas y verduras
3/21/2026 13:50:24	4 / 6	Angela Maria Bustos	52725193	Es un estado integral de bienestar físico, mental y social	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	hacer actividad fisica.
3/21/2026 13:58:47	5 / 6	Nohemy Sogamoso Quesada	28864150	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	caminar mas y hacer ejercicio
3/21/2026 14:07:10	5 / 6	Maria del Carmen Capera	53088290	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	cuidar la salud
3/21/2026 14:09:05	5 / 6	Felisa cerquera rodriguez	28869798	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	FALSO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	hacer una dita saludable y hacer pautas activas
3/21/2026 14:11:01	3 / 6	Aracely Cupitra Briñez	39798202	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	FALSO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Manejo de residuos, higiene diaria, afiliacion a servicios de salud.	comida saludable y ejercicio diario
3/21/2026 14:11:16	3 / 6	Arnol Ducuara Capera	80207721	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	Son las acciones que buscan evitar enfermedades específicas (ej. vacunas)	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	hacer comida saludable con los alimentos de la canasta
3/21/2026 14:12:18	4 / 6	Andres felipe fuquen tapiero	1032797863	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	hacer ejercicio 3 veces por semana
3/21/2026 14:12:35	5 / 6	Magalis Tovar Conde	52025748	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	alimentacion saludable
3/21/2026 14:15:55	4 / 6	Yanith gutierrez lazo	52286878	Es un estado integral de bienestar físico, mental y social	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	comer mas frutas y verduras de la canasta
3/21/2026 14:17:15	4 / 6	Ellined Guzman Ducuara	53074690	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Manejo de residuos, higiene diaria, afiliacion a servicios de salud.	vacunacion, dieta y ejercicio
3/21/2026 14:19:05	5 / 6	Luz erika hernandez tacuma	52950347	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	cuidar la salud y la salud mental
3/21/2026 14:21:01	4 / 6	Maria denis Madrigal ortiz	51795469	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	Son acciones que buscan tratar las enfermedades existentes en las personas yevitar sus complicaciones	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	asstir al medico , dieta y actividad fisica
3/21/2026 14:21:17	5 / 6	Heidy johana Moreno vaquiro	1022978028	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	autocuidado
3/21/2026 14:21:18	4 / 6	Victoriano poloche	93150099	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	Son las acciones que buscan evitar enfermedades específicas (ej. vacunas)	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	hacer actividad fisica.
3/21/2026 14:21:35	4 / 6	Kely quimbayo rivas	1110474556	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Manejo de residuos, higiene diaria, afiliacion a servicios de salud.	comida saludable y ejercicio diario
3/21/2026 14:21:55	4 / 6	Zaira Michelle Quiñonez	1146125690	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	llevar una dieta saludable, hacer ejercicio 3 veces por semana
3/21/2026 14:22:10	5 / 6	Jenny Patricia Santos	52890518	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	prevencion de enfermedades
3/21/2026 14:22:19	4 / 6	Bellanira tapiero perez	28870449	Es un estado integral de bienestar físico, mental y social	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	hacer minimo 3 dias a la semana ejercicios como caminatas
3/21/2026 14:22:20	5 / 6	Cielo lozano chaguala	52906292	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	comer saludable
3/21/2026 14:22:26	4 / 6	Dayana lucia tiMote lozano	1029283598	Es un estado integral de bienestar físico, mental y social	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	aprovechar los alimentos de la canasta en recetas mas sanas

3/21/2026 14:22:31	4 / 6	Ivonne Maritza vega bustos	52460958	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	hacer mas ejercicio
3/21/2026 14:22:40	4 / 6	Luisa Fernanda Ñustes	52826563	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	Son las acciones que buscan evitar enfermedades específicas (ej. vacunas)	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	hacer actividad fisica.
3/21/2026 14:22:43	4 / 6	Luz Mila Cacais	52394810	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	Son las acciones que buscan evitar enfermedades específicas (ej. vacunas)	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	dieta y ejercicio
3/21/2026 14:23:25	5 / 6	Kelly johana Ducuara	1023373381	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	comida saludable y ejercicio diario
3/21/2026 14:24:11	5 / 6	Heidy Yulieth Guerra Yate	1001275742	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	alimentacion tradicional saludable
3/21/2026 14:24:35	5 / 6	Haward Guzman Ducuara	1022334976	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	ejercicio en familia
3/21/2026 14:27:05	4 / 6	Irlanda Rodriguez Aroca	1022964235	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	cuidar la salud
3/21/2026 14:27:38	5 / 6	Laura Camila Ariza	1018428338	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	comida saludable y ejercicio diario
3/21/2026 14:28:14	4 / 6	Sandra Patricia Totena	52389885	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Consumo de una dieta alta en proteinas, tomar vitaminas y minerales, dietas estrictas y vegetarianas	hacer actividad fisica.
3/21/2026 14:29:56	5 / 6	Bella Katherine Yate Chilatra	1117490293	Es la capacidad de las personas de promover su salud, prevenir enfermedades y gestionar su bienestar físico, mental y emocional.	VERDADERO	La promoción de la salud busca potenciar el bienestar general y mejorar las condiciones sociales, económicas y ambientales que afectan a la salud.	Actividad fisica dirigida a la comunidad, entornos saludables, promocion y educacion del consumo de frutas y verduras en una dieta saludable.	actividad fisica

REGISTRO FOTOGRAFICO

CTO No 10529-2025 CANASTA DE ALIMENTOS.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:	FERIA DE SERVICIOS EN SALUD EN EQUILIBRIO CHIRI CHAJUA
FECHA:	21 DE MARZO DE 2026
FECHA CARGUE A SIRBE:	30 DE MARZO DE 2026








REGISTRO FOTOGRAFICO

CTO No 10529-2025 CANASTA DE ALIMENTOS.













REGISTRO FOTOGRAFICO

CTO No 10529-2025 CANASTA DE ALIMENTOS.













REGISTRO FOTOGRAFICO

CTO No 10529-2025 CANASTA DE ALIMENTOS.





















































































