METODOLOGÍA UTILIZADA:

- Presentación de la profesional del equipo de Gestión, la, que lleva a cabo actividades propias del Contrato entre la Alcaldía Municipal y la Fundación Rehabilitar es Amar, del municipio de Mompós, Bolívar.
- El día 24 de Diciembre del 2025 a las 03:00 p.m. la líder del equipo de gestión, realiza la explicación sobre Huertas Caseras, fortalecimiento institucional busca mejorar la productividad, la competitividad y la sostenibilidad del sector, integrando a los productores en cadenas productivas y mercados.
- Desarrollo de la actividad: el contenido se socializa a través de mesa de trabajo y la comunicación directa.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

El líder del Eje Estratégico y la auxiliar sensibilizaron a la comunidad del corregimiento de la Loma, Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte de la comunidad.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- Se hizo entrega de semillas de maíz a cada uno de los asistentes.

. HALLAZGOS:

- La mayoría de las familias tenían conocimiento de las temáticas abordadas, no obstante, no aplicaban las orientaciones y recomendaciones para gestionar los riesgos identificados a las malas prácticas.
- Los participantes manifiestan su agrado y disposición de poner en práctica lo aprendido.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión, se compromete en seguir promoviendo actividades con el fin de fomentar la producción de alimentos saludables través de diferentes estrategias que fortalezca la economía popular del distrito.
- Los líderes, agricultores y jefes de hogar se comprometen en multiplicar lo aprendido con sus familiares, vecinos y con la comunidad en general, para poner en práctica las estrategias conducentes a mejorar el acceso, disponibilidad y consumo de alimentos a través de huertas caseras.
- La líder del equipo de Gestión, se compromete en continuar con estas acciones educativas en diferentes comunidades, del municipio de Mompós, con el fin de dar a conocer la temática de Seguridad Alimentaria con el fin de mejorar la calidad de vida de los campesinos y en especial de lideres agricultores.

916

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente a los lideres agricultores, acerca de las estrategias que fortalezcan la economía popular del distrito, la accesibilidad, disponibilidad y consumo de alimentos para que de esta manera se mejoren las condiciones de salud de las diferentes comunidades del municipio de Mompox, Bolívar.

Hubo una asistencia de 20 jefes de hogares, miembros de la comunidad que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, el día 24 de Diciembre de 2025 a las 09:00 a.m., se logro sensibilizar a la población campesina del corregimiento de la Loma, perteneciente al municipio de Mompós, en relación al fomento de la producción de alimentos saludables,. Se anexan soportes fotográficos en medio digital y oficio de articulación en medio físico.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Bernal Serrano, G. (2019). ¿Qué es una huerta casera y cuáles son sus beneficios? Ecocosas. Disponible en: https://www.ecocosas.com/huerta/huerta-casera/ jappi.com.co

Este artículo explica los fundamentos de las huertas caseras, sus beneficios para la salud, la economía familiar y el medio ambiente, además de consejos prácticos para iniciar una.

Casanovas, E. (2013). Manual de iniciación al huerto. Bauhaus. Disponible en: https://shorturl.at/Ey0zw servientrega.com

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



Se realiza entrega de Semillas de Maíz y a los lideres agricultores del Corregimiento de la Loma, Estadero donde Pedro Arias, Diciembre 24 de 2.025 9:a.m.



Se realiza la explicación sobre la relación entre la agricultura y la nutrición integrando a los productores en cadenas productivas y mercados. Corregimiento de la Loma, en el estadero donde el señor Pedro Arias. Diciembre 24 de 2.025 10:a.m.

9/8

Dirigido a: Lideres Agricultores del corregimiento de La Loma de Simon
Tipo de Actividad: Fortalecimiento Institucional.
Número de personas que participaron de la actividad: 20 personas

Responsables de la Actividad:

LUZ RAQUEL MARTINEZ PIÑERES
Profesional Líder Equipo de Gestión.

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.
- Firmas de participantes.

919





Se realiza la explicación sobre la relación entre la agricultura y la nutrición integrando a los productores en cadenas productivas y mercados. Corregimiento de la Loma, en el estadero donde el señor Pedro Arias. Diciembre 24 de 2.025 11: a.m.

920

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ACTIVIDAD: Estrategias para fortalecer la Economía Popular del Distrito **MUNICIPIO:** Mompós

LUGAR: La Loma **FECHA:** 24-12-2025. **ARTICULADO CON:** Veedores Aguacheras

	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIDAD	CORREGIMIENTO/ VEREDA/ INSTITUCION	EDAD	SEXO		PERSONA AFECTADA POR LA VIOLENCIA		PERSONA CONDICION DE DISCAPACIDAD		NUMERO DE TELEFONO	FIRMA
					MAS	FEM	SI	NO	SI	NO		
1	Yhoanci Marmol Jaraba	1002 379 149	La loma	25	X			X		X	3235351834	Yhoanci
2	Yoici Alvarado Jaraba	1051656780	La Loma	22	X			X		X	3234841988	Yoici A.
3	Homer alfonso Jacava	19768549	La loma	40	X			X		X	3225158119	
4	Arís Echavez Jordan	1051670805	la loma	34	X			X		X	3146380023	
5	Fornel Saraba C	19768185	La Loma	42	X			X		X	3107236886	Fornel
6	Pedro A Arias M.	9267148	La loma	60	X			X		X	3147137838	Pedro
7	elemente yepe jimenez		La loma	61	X			X		X		elemente
8	Sedof morales	8880019	Loma	85	X			X		X	3133499000	8880170
9	Julio Navarro	9268792	La loma	55	X			X		X		Julio
10	Deofanes Ehavez	8880128	La loma	62	X			X		X		Deofanes
11	Alberto Ignacio Salcedo Prado	8880103	La loma	70	X			X		X	3229438028	
12	Farid J. Oliveros M	19769836	La loma	40	X			X		X	3135923588	
13	Sergio Acevedo Cisneros	1002 421 060	La loma	25	X			X		X	3157310715	Sergio
14	JULIO LOPEZ Morales	1051648259	La loma	35	X			X		X	3135154869	JULIO
15	Jose gregorio M	1051654361	La loma	34	X			X		X	3106787733	Jose
16	Milker Arias Morales	1051670804	La loma	33	X			X		X	3018771013	Milker
17	Adith Gomez Cisneros	9.269.417	la loma	56	X			X		X		Adith
18	FABIAN VALDEGAS ORTIZ	1051 661794	LA LOMA	37	X			X		X	3146694704	FABIAN V
19	Benicio contreras	9274893	La loma	45	X			X		X	3125058713	Benicio
20	Israel Sabril S	9270603	LA LOMA	52	X			X		X	3116014805	Israel S
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

927

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	03	06	2025
Señor@(s):	Gerente ESE Hospital Santa María – Víctor Serrano Rubio		
Lugar y/o Institución:	ESE Hospital Local Santa María		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	04 de Junio del 2025 - 05:00 a.m. – Parque del Jazz		
Articulado Con:	Gerente ESE Hospital Santa María – Víctor Serrano Rubio		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

HORA: 4:42 pm
FECHA: 03/06/2025
FIRMA:

923

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	03	06	2025
Señor@(s):	Coordinadora Hospital San Juan de Dios – Yolanda Peña Camargo		
Lugar y/o Institución:	Hospital San Juan de Dios		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	04 de Junio del 2025 - 05:00 a.m. – Parque del Jazz		
Articulado Con:	Coordinadora Hospital San Juan de Dios – Yolanda Peña Camargo		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
Kellys Lope Barraza
03/06/2025
05:04.

924

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	03	06	2025
Señor@(s):	Secretaria de Educación y Deporte – Laura Castro		
Lugar y/o Institución:	Secretaria de Educación y Deporte		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	04 de Junio del 2025 - 05:00 a.m. – Parque del Jazz		
Articulado Con:	Secretaria de Educación y Deporte – Laura Castro		
Recibido (fecha y firma)	03-06-2025 4:15 PM		
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	03	06	2025
Señor@(s):	Secretario de Cultura y Turismo – Luis Alfredo Domínguez		
Lugar y/o Institución:	Secretaria de Cultura y Turismo		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	04 de Junio del 2025 - 05:00 a.m. – Parque del Jazz		
Articulado Con:	Secretario de Cultura y Turismo – Luis Alfredo Domínguez		
Recibido (fecha y firma)	03 JUNIO 2025 4:43 PM PAM TECH MANAGMT SAS		
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

926

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	03	06	2025
Señor@(s):	Coordinador I.E.T. Colegio Nacional Pinillos – Alberto Rangel		
Lugar y/o Institución:	I.E.D Colegio Nacional Pinillos		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	04 de Junio del 2025 - 05:00 a.m. – Parque del Jazz		
Articulado Con:	Coordinador I.E.T. Colegio Nacional Pinillos – Alberto Rangel		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	03	06	2025
Señor@(s):	Rector I.E.T. Colegio Nacional Pinillos – Enot Paternina		
Lugar y/o Institución:	I.E.D Colegio Nacional Pinillos		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	04 de Junio del 2025 - 05:00 a.m. – Parque del Jazz		
Articulado Con:	Rector I.E.T. Colegio Nacional Pinillos – Enot Paternina		
Recibido (fecha y firma)	03/06/25 H 4:18 PM		
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Facioince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	03	06	2025
Señor@(s):	Rector I.E. Normal Superior de Mompós – Francisco Amaris Lara		
Lugar y/o Institución:	I.E. Normal Superior de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan del componente Operativo Anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, Pueblos y Comunidades Etnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	04 de Junio del 2025 - 05:00 a.m. – Parque del Jazz		
Articulado Con:	Rector I.E. Normal Superior de Mompós – Francisco Amaris Lara		
Recibido (fecha y firma)	Recibido el dia Sabado 7 Hora 4pm		
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 05:00 a.m.	**HORA FINALIZACIÓN: 07:00 a.m.**	**FECHA: 04 JUNIO 2025**
Lugar:	Parque de JAZZ	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 05:00 a.m. del día 04 de junio del 2025, en el parque de JAZZ, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con la participación de

930

la comunidad en general fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

937

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.

Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.

Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.

Intervenciones y Estrategias

Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:

Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.

937

Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 03 de junio del 2025, se realiza articulación con la ESE Hospital Local Santa María, Coordinadora Hospital San Juan de Dios, secretaria de Educación y Deporte, secretaria de Cultura y Turismo, Coordinador I.E.D Colegio Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Colegia Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Normal Superior de Mompós con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad el día 04 de junio del 2025, a las 05:00 a.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 03 de junio del 2025 a las 05:00 a.m. el equipo de Gestión se desplazó al Parque de JAZZ para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población y comunidad en general, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a toda la población municipio de Mompox, Bolívar.

Hubo una asistencia de 12 personas, miembros de la comunidad en general que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todos las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

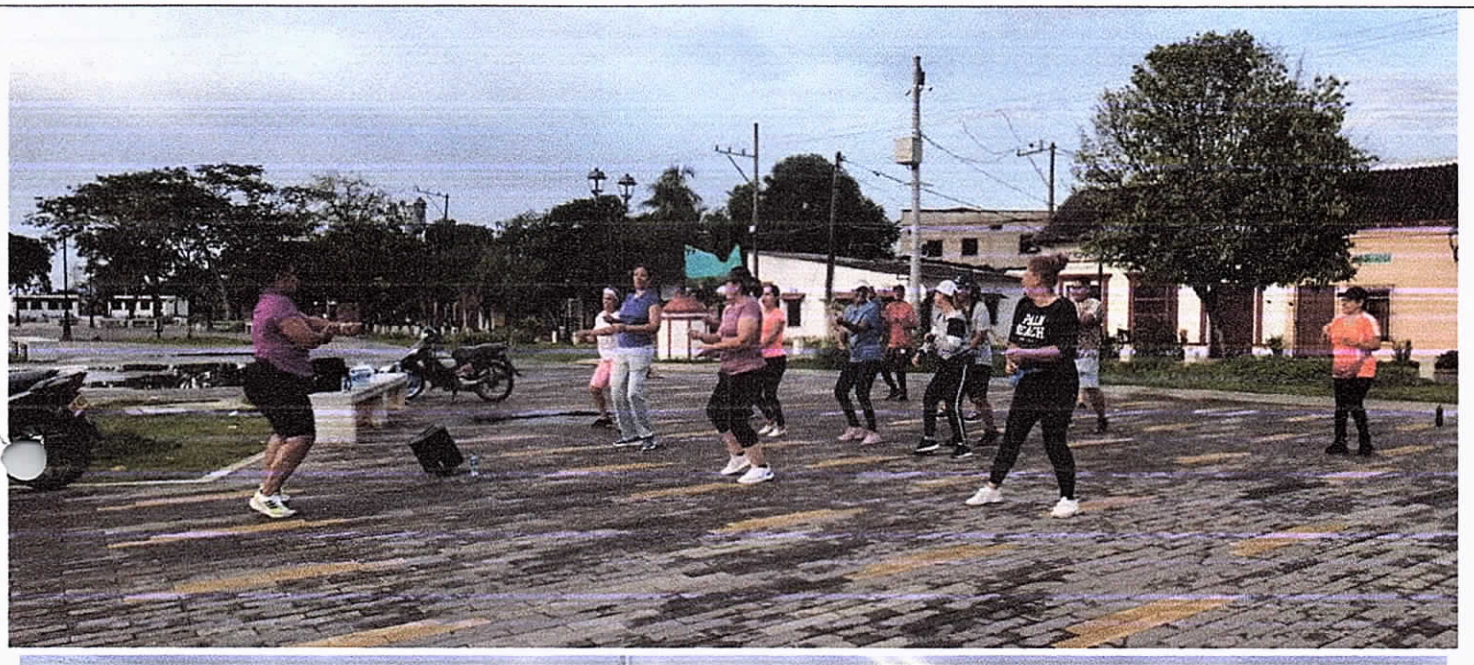
https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Calentamiento previo a la realización de la rumbaterapia, actividad realizada el 04 de junio del 2025 en el Parque de JAZZ a las 5:00 a.m.





Realización de la rumbaterapia actividad realizada el 04 de junio del 2025 a las 05:30 a.m.

Dirigido a: Comunidad en general del Municipio de Santa cruz de Mompox.
Tipo de Actividad: Rumbaterapia
Número de personas que participaron de la actividad: 12 personas

Responsables de la Actividad:

Karina Zúñiga Mejía
Enfermera Superior
Profesional universitario
Equipo Gestión

Shirly Suarez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

934

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 05:00 P.M.	**HORA FINALIZACIÓN: 07:00 P.M.**	**FECHA: 06 OCTUBRE 2025**
Lugar:	Plaza de Santa Barbara	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 05:00 p.m. del día 06 de octubre del 2025, en el parque de Santa Barbara, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con

939

la participación de la comunidad en general fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

940

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.
Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.
Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.
Intervenciones y Estrategias
Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:
Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.
Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 3 de octubre del 2025, se realiza articulación con la ESE Hospital Local Santa María, Coordinadora Hospital San Juan de Dios, secretaria de Educación y Deporte, secretaria de Cultura y Turismo, Secretaria de Salud Pública, Coordinador I.E.D Colegio Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Colegia Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Normal Superior de Mompós, Rectores del I.E.D Municipio, EAPB, IPS, Presidentes de Juntas De Acción Comunales, Enlace de Discapacidad, Enlace de Victimas de Conflicto Armado, Personería Municipal, Defensoría del Pueblo, Comisaria de Familia, ICBF, Representantes de LGTBQ+, con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad el día 06 de octubre del 2025, a las 05:00 p.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 06 de octubre del 2025 a las 05:00 p.m. el equipo de Gestión se desplazó al Parque de Santa Barbara para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población y comunidad en general, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

942

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a toda la población municipio de Mompox, Bolívar.

Hubo una asistencia de 20 personas, miembros de la comunidad en general que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Actividad finalizada a las 07:00 p.m.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Se realizo una rumbaterapia el dia 06 de octubre del 2025, en la plaza de Santa Barbara teniendo una participación de la comunidad en general del municipio actividad iniciada a las 05:00 p.m. y finalizada a las 07:00 p.m.

Dirigido a: Comunidad en general del Municipio de Santa cruz de Mompox.

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 20 personas

Responsables de la Actividad:

Marinela Rodriguez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 05:00 P.M.	**HORA FINALIZACIÓN: 07:00 P.M.**	**FECHA: 10 OCTUBRE 2025**
Lugar:	Cancha de Futbol La Granja	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 05:00 p.m. del día 10 de octubre del 2025, en la Cancha de Futbol La Granja , en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con

946

la participación de la comunidad en general fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.
Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.
Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.
Intervenciones y Estrategias
Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:
Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.
Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

94

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 3 de octubre del 2025, se realiza articulación con la ESE Hospital Local Santa María, Coordinadora Hospital San Juan de Dios, secretaria de Educación y Deporte, secretaria de Cultura y Turismo, Secretaria de Salud Pública, Coordinador I.E.D Colegio Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Colegia Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Normal Superior de Mompós, Rectores del I.E.D Municipio, EAPB, IPS, Presidentes de Juntas De Acción Comunales, Enlace de Discapacidad, Enlace de Victimas de Conflicto Armado, Personería Municipal, Defensoría del Pueblo, Comisaria de Familia, ICBF, Representantes de LGTBQ+, con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad el día 10 de octubre del 2025, a las 05:00 p.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 10 de octubre del 2025 a las 05:00 p.m. el equipo de Gestión se desplazó hacia la cancha de Futbol la Granja para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población y comunidad en general, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

949

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a toda la población municipio de Mompox, Bolívar.

Hubo una asistencia de 30 personas, miembros de la comunidad en general que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Actividad finalizada a las 07:00 p.m. del 10 de octubre del 2025.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Se realizo una rumbaterapia el dia 10 de octubre del 2025, en la Cancha de Futbol La Granja, teniendo una participación de la comunidad en general del municipio actividad iniciada a las 05:00 p.m. y finalizada a las 07:00 p.m.

Dirigido a: Comunidad en general del Municipio de Santa cruz de Mompox.

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 30 personas

Responsables de la Actividad:

Marinela Rodriguez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

252

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 08:00 A.M.	**HORA FINALIZACIÓN: 10:00 A.M.**	**FECHA: 15 Octubre 2025**
Lugar:	I.E. Tecnica de la Rinconada	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 08:00 a.m. del día 15 de Octubre del 2025, en la I.E. Tecnica de la Rinconada, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con

la participación de la comunidad en general fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

251

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.
Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.
Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.
Intervenciones y Estrategias
Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:
Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.
Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

25

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 06 de octubre del 2025, se realiza articulación con la I.E. Tecnica de la Rinconada con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad el día 15 de octubre del 2025, a las 08:00 a.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 15 de octubre del 2025 a las 08:00 a.m. el equipo de Gestión se desplazó a la Institución Educativa Técnica de la Rinconada para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población y comunidad en general, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

256

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a toda la población de la I.E. Tecnica de la Rinconada.

Hubo una asistencia de 40 personas, miembros de la comunidad en general que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Actividad finalizada a las 10:00 a.m. el dia 15 de octubre del 2025.

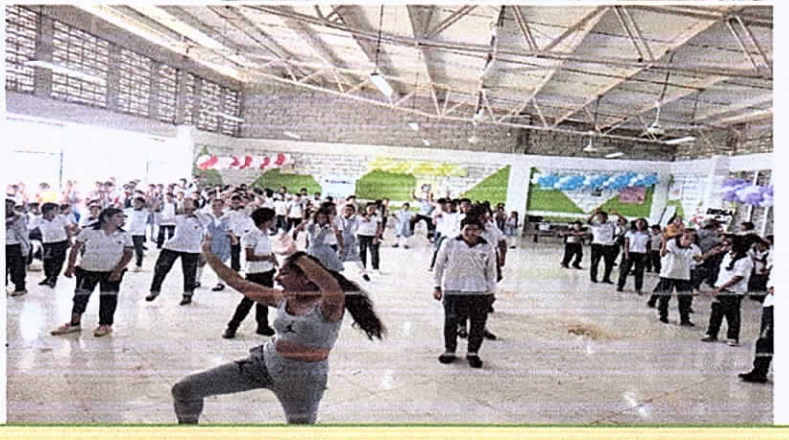
REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

257

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Se realizo una rumbaterapia el dia 10 de octubre del 2025, en la I.E. Tecnica de la Rinconada teniendo una participación de la comunidad en general del municipio actividad iniciada a las 8:00 a.m. y finalizada a las 10:00 a.m.

Dirigido a: Comunidad en general de Institución Educativa Tecnica De La Rinconada

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 40 personas

Responsables de la Actividad:

Marinela Rodriguez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.

958

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

659

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 08:30 A.M.	**HORA FINALIZACIÓN: 10:00 A.M.**	**FECHA: 20 OCTUBRE 2025**
Lugar:	IED DE GUATACA	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 08:30 a.m. del día 20 de octubre del 2025, en la Institución Educativa de Guataca, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con

la participación del plantel educativo y sus directivos fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

967

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.

Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.

Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.

Intervenciones y Estrategias

Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:

Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.

962

Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 17 de octubre del 2025, se realiza articulación con el Rector de la IED de Guataca con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad educativa el día 20 de octubre del 2025, a las 08:30 a.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 20 de octubre del 2025 a las 08:30 a.m. el equipo de Gestión se desplazó a la IED de Guataca para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población estudiantil, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

963

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a todo el plantel educativo.

Hubo una asistencia de 35 personas, estudiantes y directivos de la IED.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Siendo las 10:00 a.m. del 20 de octubre del 2025.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Se realiza rumbaterapia en la IED de Guataca, de esta manera se mejoran los estilos de vida saludable de la comunidad educativa, siendo las 08:30 a.m. del 20 de octubre del 2025 se da inicio a la actividad, finlizada a las 10:00 a.m.

Dirigido a: Comunidad de la IED de Guataca

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 35 personas

Responsables de la Actividad:

Marinela Rodriguez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.

965

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

966

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 08:00 A.M.	**HORA FINALIZACIÓN: 10:00 A.M.**	**FECHA: 24 OCTUBRE 2025**
Lugar:	IED DE GUATACA	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 08:00 a.m. del día 24 de octubre del 2025, en la Institución Educativa de Guataca, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con

la participación del plantel educativo y sus directivos fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.

Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.

Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.

Intervenciones y Estrategias

Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:

Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.

069

Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 17 de octubre del 2025, se realiza articulación con el Rector de la IED de Guataca con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad educativa el día 24 de octubre del 2025, a las 08:00 a.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 24 de octubre del 2025 a las 08:00 a.m. el equipo de Gestión se desplazó a la IED de Guataca para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población estudiantil, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a todo el plantel educativo.

Hubo una asistencia de 30 personas, estudiantes y directivos de la IED.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Siendo las 10:00 a.m. del 24 de octubre del 2025.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Se realiza rumbaterapia en la IED de Guataca, de esta manera se mejoran los estilos de vida saludable de la comunidad educativa, siendo las 08:00 a.m. del 24 de octubre del 2025 se da inicio a la actividad.

Dirigido a: Comunidad de la IED de Guataca

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 30 personas

Responsables de la Actividad:

Marinela Rodriguez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- actas de articulación de la actividad.

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 08:00 A.M.	**HORA FINALIZACIÓN: 10:00 A.M.**	**FECHA: 05 noviembre 2025**
Lugar:	I.E. Tecnica de la Rinconada	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 08:00 a.m. del día 05 de noviembre del 2025, en la I.E. Tecnica de la Rinconada, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con

la participación de la comunidad en general fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y [illegible]aciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.
Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.
Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.
Intervenciones y Estrategias
Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:
Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.
Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 31 de octubre del 2025, se realiza articulación con la I.E. Tecnica de la Rinconada con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad el día 05 de noviembre del 2025, a las 08:00 a.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 05 noviembre del 2025 a las 08:00 a.m. el equipo de Gestión se desplazó a la Institución Educativa Técnica de la Rinconada para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población y comunidad en general, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a toda la población de la I.E. Tecnica de la Rinconada.

Hubo una asistencia de 35 personas, miembros de la comunidad en general que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Actividad finalizada a las 10:00 a.m.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Se realizo una rumbaterapia el dia 05 de noviembre del 2025, en la I.E. Tecnica de la Rinconada teniendo una participación de la comunidad en general del municipio actividad iniciada a las 8:00 a.m. y finalizada a las 10:00 a.m.

Dirigido a: Comunidad en general de Institución Educativa Tecnica De La Rinconada

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 35 personas

Responsables de la Actividad:

Marinela Rodriguez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 08:00 A.M.	**HORA FINALIZACIÓN: 10:00 A.M.**	**FECHA: 10 NOVIEMBRE 2025**
Lugar:	Barrio La Paz	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 08:00 a.m. del día 10 de noviembre del 2025, en el barrio la Paz, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con la participación de

la comunidad en general fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).

Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).

Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.

Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.

Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:

Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.

Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.

982

Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.

Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.

Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

Factores Determinantes

Los estilos de vida saludables están influenciados por:

Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.

Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.

Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).

Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.

Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.

Desafíos

Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.
Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.
Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.
Intervenciones y Estrategias
Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:
Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.
Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.

Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

283

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 07 de noviembre del 2025, se realiza articulación con la ESE Hospital Local Santa María, Coordinadora Hospital San Juan de Dios, secretaria de Educación y Deporte, secretaria de Cultura y Turismo, Secretaria de Salud Pública, Coordinador I.E.D Colegio Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Colegia Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Normal Superior de Mompós, Rectores del I.E.D Municipio, EAPB, IPS, Presidentes de Juntas De Acción Comunales, Enlace de Discapacidad, Enlace de Victimas de Conflicto Armado, Personería Municipal, Defensoría del Pueblo, Comisaria de Familia, ICBF, Representantes de LGTBQ+, con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad el día 10 de noviembre del 2025, a las 08:00 a.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 10 de noviembre del 2025 a las 08:00 a.m. el equipo de Gestión se desplazó a Barrio la Paz para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población y comunidad en general, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a toda la población municipio de Mompox, Bolívar.

Hubo una asistencia de 20 personas, miembros de la comunidad en general que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Actividad finalizada a las 10:00 a.m.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Se realizo una rumbaterapia el dia 10 de noviembre del 2025, en el barrio La Paz teniendo una participación de la comunidad en general del municipio actividad iniciada a las 8:00 a.m. y finalizada a las 10:00 a.m.

Dirigido a: Comunidad en general del Municipio de Santa cruz de Mompox

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 20 personas

Responsable de la Actividad:

_____

Miguel Alvarado
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.

986

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO

202

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Gilmara Castro Morales Enlace de Juntas de Acción Comunal		
Lugar y/o Institución:	Alcaldia Municipal Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Gilmara Castro Morales Enlace de Juntas de Acción Comunal		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido Nov 7/25

184

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Silviana Carcamo Enlace de Discapacidad		
Lugar y/o Institución:	Enlace de Discapacidad Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Silviana Carcamo Enlace de Discapacidad		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Baciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
07-11-2025
Hora: 3:27 pm

789

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Holga Barba Coordinadora de Salud Publica		
Lugar y/o Institución:	Coordinadora de Salud Publica Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Holga Barba Coordinadora de Salud Publica		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
7-11-2025
3:17 pm.

Olga E. Barbas Ciudad
C.C. 33.222.953
Directora de Salud Publica
Distrito de Santa Cruz de Mompox

990

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Roberto Polanco Torrez Coordinador Defensoria del Pueblo		
Lugar y/o Institución:	Defensoria del Pueblo Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Roberto Polanco Torrez Coordinador Defensoria del Pueblo		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
Defensoria del Pueblo
Casa de derechos
7-11-2025

0917

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Colegio Santa Cruz De Mompós		
Lugar y/o Institución:	Colegio Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Colegio Santa Cruz De Mompós		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
10/11/2025

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Colegio Sagrado Corazón De Jesús		
Lugar y/o Institución:	Colegio Sagrado Corazón De Jesús Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Colegio Sagrado Corazón De Jesús		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
Sonia
10-11-2025
11:30 am

993

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Colegio Gotitas de Gente		
Lugar y/o Institución:	Colegio Gotitas de Gente Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Colegio Gotitas de Gente		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibí
11-10-2025
10:40 a.m

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Institución Educativa El Peniel		
Lugar y/o Institución:	Institución Educativa El Peniel Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Institución Educativa El Peniel		
Recibido (fecha y firma)	Eiten Bolivar	10/11/2025	
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

925

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Colegio Mi Mundo De ilusiones		
Lugar y/o Institución:	Colegio Mi Mundo De ilusiones Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Colegio Mi Mundo De ilusiones		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibí:
10-Nov-2025
10:48Am
196

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCIOI DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Francisco Adonis Amaris Rector de Institución Educativa Normal Superior		
Lugar y/o Institución:	Institución Educativa Normal Superior De Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan c componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscri entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con lc sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludabl enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vic saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarresta los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la població		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, e desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de la acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales com Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situació determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climátic emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberani sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y preven y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la Actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Francisco Adonis Amaris Rector de Institución Educativa Normal Superior		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido:
Nov 10/2025
Hora: 11:08 am

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com



ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	IPS Nacer		
Lugar y/o Institución:	IPS Nacer Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a la semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	IPS Nacer		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
10-11-2025
Nacer Mompox

918

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Mutual Ser		
Lugar y/o Institución:	Mutual Ser Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Mutual Ser		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

mutualser
COORDINACIÓN DE ATENCIÓN AL USUARIO
10.11.2025

991

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	IPS Caja Copy		
Lugar y/o Institución:	IPS Caja Copy Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	IPS Caja Copy		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibí
Kety Torres V.
10/11/2025.
10:40 am
Caja Copy

1000

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Castulo Gil Gil – Rector de Institución Educativa Colegio Nacional Pinillos		
Lugar y/o Institución:	Institución Educativa Colegio Nacional Pinillos Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Cástulo Gil Gil Rector de Institución Educativa Colegio Nacional Pinillos		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido
10-11-2025

1001

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	IPS Fundovida		
Lugar y/o Institución:	IPS Fundovida Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	IPS Fundovida		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibido 24 Nov 25
1123487...

1002

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Institución Educativa Saber Hacer		
Lugar y/o Institución:	Institución Educativa Saber Hacer Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Institución Educativa Saber Hacer		
Recibido (fecha y firma)	Maryenis Cisneros	10-10-2025	
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

1003

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	IPS Fundación Ser		
Lugar y/o Institución:	IPS Fundación Ser Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	IPS Fundación Ser		
Recibido (fecha y firma)	7-11-2025		
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

1004

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Andres Navarro Castro Comisario de Familia		
Lugar y/o Institución:	Comisaria de Familia Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Andres Navarro Castro Comisario de Familia		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

ALCALDIA
SANTA CRUZ DE MOMPOX
NOV 07 25
340 m
RECIBIDO

1005

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	IPS Aprosalud Limitada		
Lugar y/o Institución:	IPS Aprosalud Limitada Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	IPS Aprosalud Limitada		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibes 07/11/2025

1006

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Yenitza Diaz Coordinadora de Equipos Basicos		
Lugar y/o Institución:	E.S.E H. Santa Maria Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Yenitza Diaz Coordinadora de Equipos Basicos		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

E.S.E HOSPITAL LOCAL SANTA MARIA

HORA: 3:57 pm
FECHA: 07-11-2025
FIRMA

1007

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Victor Serrano Julio – Gerente E.S.E H. Santa Maria		
Lugar y/o Institución:	E.S.E H. Santa Maria Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Victor Serrano Julio Gerente E.S.E H. Santa Maria		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

E.S.E HOSPITAL SANTA MARIA
HORA 3:57 pm
FECHA 07 - N. 2025
FIRMA

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	IPS Servifono		
Lugar y/o Institución:	IPS Servifono Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la Actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	IPS Servifono		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de Responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

CC 88175180
07-11-2025

1009

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Javier Alejandro Piñeres Arrieta Oficina Transferencia Monetaria		
Lugar y/o Institución:	Oficina Transferencia Monetaria Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la Actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Javier Alejandro Piñeres Arrieta Oficina Transferencia Monetaria		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

07/11/2025

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	IPS Persisitir		
Lugar y/o Institución:	IPS Persisitir Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	IPS Persisitir		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibí: Maria Hoker
Hora: 3:45pm.
Fecha: 7/11/25.

1011

FUNDACIÓN REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SANTA CRUZ DE MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Jennifer Calderón Personera Municipal		
Lugar y/o Institución:	Personeria Municipal Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la Actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Jennifer Calderón Personera Municipal		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de Responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

PERSONERIA DISTRITAL
SANTA CRUZ DE MOMPOX
07-11-2025
RECIBIDO
FIRMA:
3:25 p.m

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.626.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Cecilia Cogollo Pérez Secretaria de Salud Municipal		
Lugar y/o Institución:	Secretaria de Salud Municipal Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Cecilia Cogollo Pérez Secretaria de Salud Municipal		
Recibido (fecha y firma) **Firma de responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

ALCALDIA
SANTA CRUZ DE MOMPOX
NOV 07 25
340 pm
RECIBIDO

1013

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email.fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Doctora Laura Castro Miranda – Secretaria De Educación		
Lugar y/o Institución:	Secretaria De Educación Municipal Santa Cruz de Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la Actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar.		
Articulado Con:	Doctora Laura Castro Miranda – Secretaria De Educación		
Recibido (fecha y firma) **Firma de Responsables de la Actividad:**	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibí
8:24pm
7/11/2025
1014

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Luis Alfredo Domínguez Secretario de Cultura y Turismo		
Lugar y/o Institución:	Secretaria de Cultura y Turismo Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a la semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Luis Alfredo Domínguez Secretario de Cultura y Turismo		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Baciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

Recibí DIANA CECILIA CHIRINOS 6/11/25
7/11/2025
3:20pm

1015

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su Bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR

Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	María Carolina Herrera Martínez Enlace de Victimas de Conflicto Armado		
Lugar y/o Institución:	Alcaldia Municipal Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a la semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	María Carolina Herrera Martínez Enlace de Victimas de Conflicto Armado		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Faciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

ALCALDIA
SANTA CRUZ DE MOMPOX
NOV 07 25
340 PM
RECIBIDO

10/16

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Sirly Cadena Defensora de Familia ICBF		
Lugar y/o Institución:	ICBF Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Sirly Cadena Defensora de Familia ICBF		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

13 NOV. 2025
12:00 A.M.

1017

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FORMATO DE INVITACION PARA EL DESARROLLO EN APOYO A LA GESTION EN LA EJECUCION DE LAS ACCIONES DE GESTION EN SALUD - ALCALDIA MUNICIPAL MOMPOX, BOLIVAR – FUNDACION REHABILITAR ES AMAR			
Fecha:	Noviembre	6	2025
Señor@(s):	Ester Maria Guzman Machuca Coordinadora del Centro Zonal ICBF		
Lugar y/o Institución:	ICBF Santa Cruz De Mompós		
Referencia:	Invitación a participar en la ejecución de las acciones enmarcadas en el Plan de componente operativo anual de inversiones y plan de acción en salud - Contrato suscrito entre Alcaldía Municipal de Mompós y la Fundación rehabilitar es Amar		
Eje y Estrategia:	Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública		
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población.		
Estrategia:	La Alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompós y la Fundación Rehabilitar es Amar, en desarrollo del contrato para el desarrollo en apoyo a la gestión en la ejecución de las acciones de gestión en salud, consignadas en diferentes ejes y estrategias tales como Gobernabilidad y Gobernanza de la Salud Publica, pueblos y comunidades étnicas y campesinas, mujeres, sector LGBTIQ+ y otras poblaciones por condición y/o situación, determinantes sociales de la salud, atención primaria en salud, cambio climático, emergencias, desastres y pandemias, conocimiento en salud pública y soberanía sanitaria, personal de salud, encaminadas a promocionar hábitos saludables y prevenir y/o mitigar enfermedades que afecten la salud pública.		
Fecha y Hora de Ejecución de la actividad:	14 de Noviembre del 2025 – 05:00 p.m. – Parque San Francisco – Mompós, Bolívar		
Articulado Con:	Ester Maria Guzman Machuca Coordinadora del Centro Zonal ICBF		
Recibido (fecha y firma)			
Firma de responsables de la Actividad:	**Javier Jesús Paciolince Martínez** Representante Legal FREA Contrato Alcaldía Municipal Mompós & La Fundación Rehabilitar es Amar		

13 NOV. 2025
12:00 A.M.

1018

DESARROLLAR UN PROCESO DE PARTICIPACION SOCIAL Y COMUNITARIA EN ARTICULACIÓN CON LOS SECTORES DE CULTURA Y DEPORTES PARA DESARROLLAR CULTURA DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE, ENFOCADA EN INFORMAR A LA POBLACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LOS ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, CREAR CONDICIONES FAVORABLES PARA ADQUIRIR HÁBITOS SALUDABLES, CONTRARRESTAR LOS ALTOS ÍNDICES DE SOBREPESO Y OBESIDAD Y FOMENTAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA; A TRAVES DE LA ESTRATEGIA RUMBA-TERAPIA MEJORANDO LA SALUD FISICA Y MENTAL DE LA POBLACION, CON UNA PERIODICIDAD DE DOS VECES A LAS SEMANA, DURANTE UN PERIODO DE 7 MESES. INICIANDO DESDE EL MES DE MAYO, DIRIGIDA A 30 PERSONAS DE DIFERENTES EDADES, EN ZONA URBANA DEL DISTRITO		
HORA INICIO: 05:00 p.m.	**HORA FINALIZACIÓN: 06:00 p.m.**	**FECHA: 14 NOVIEMBRE 2025**
Lugar:	Parque San Francisco	
Dependencia que convoca:	Gestión Municipal – Fundación Rehabilitar es Amar	
Eje estratégico	Conocimiento en salud pública y Soberanía Sanitaria	
Actividad:	Desarrollar un proceso de participación social y comunitaria en articulación con los sectores de cultura y deportes para desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable, enfocada en Informar a la población sobre la importancia de los estilos de vida saludables, crear condiciones favorables para adquirir hábitos saludables, contrarrestar los altos índices de sobrepeso y obesidad y fomentar la práctica de actividad física; a través de la estrategia rumba-terapia mejorando la salud física y mental de la población, con una periodicidad de dos veces a las semana, durante un periodo de 7 meses. Iniciando desde el mes de mayo, dirigida a 30 personas de diferentes edades, en zona urbana del Distrito	
Proceso:	Importancia de los estilos de vida saludable	
Objetivos:	• Prevenir enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión), mejorar la condición cardiovascular, fortalecer músculos y huesos, y mantener un peso saludable. • Reducir el estrés, mejorar la concentración y promover un mejor estado de ánimo mediante la liberación de endorfinas. • Mejorar la resistencia cardiovascular, la coordinación, la flexibilidad y el tono muscular a través del baile. • Disminuir la ansiedad y el estrés, aumentar la confianza y promover la relajación mediante la música y el movimiento.	

DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 05:00 p.m. del día 14 DE Noviembre del 2025, en el parque de San Francisco, en el marco de las actividades de Gestión, contrato MPX-CD-2025097 del 2025, suscrito entre la alcaldía Municipal de Santa Cruz de Mompox y la Fundación Rehabilitar es Amar, se llevó a cabo una rumbaterapia donde se contó con

1019

la participación de la comunidad en general fomentando los estilos de vida saludable y la rumbaterapía como el fomento de la práctica de actividad física.

MARCO TEORICO:

Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se refiere al conjunto de comportamientos, decisiones y prácticas diarias que promueven el bienestar físico, mental y social, y previenen enfermedades. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), implica una combinación de actividad física regular, alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado, evitación de conductas de riesgo (como el consumo de tabaco o alcohol excesivo) y relaciones sociales positivas.

Teoría del Comportamiento Planificado (Ajzen, 1991): Explica que la intención de adoptar un comportamiento saludable depende de la actitud hacia el comportamiento, las normas sociales y la percepción de control sobre la acción. Por ejemplo, una persona puede decidir hacer ejercicio si cree que es beneficioso, siente apoyo social y tiene acceso a recursos (gimnasio, tiempo).
Modelo de Promoción de la Salud (Pender, 1996): Este modelo enfatiza que los estilos de vida saludables se desarrollan a través de factores individuales (como conocimientos y motivaciones), influencias sociales (apoyo familiar o comunitario) y barreras percibidas (falta de tiempo o recursos).
Teoría Socioecológica (Bronfenbrenner, 1979): Sugiere que los estilos de vida están influenciados por múltiples niveles: individual (hábitos personales), interpersonal (familia, amigos), comunitario (acceso a espacios recreativos) y estructural (políticas públicas, sistemas de salud). Por ejemplo, una ciudad con parques y programas de salud fomenta la actividad física.
Modelo Transteórico del Cambio (Prochaska y DiClemente, 1983): Describe las etapas por las que pasa una persona para adoptar un comportamiento saludable: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo es útil para diseñar intervenciones personalizadas, como programas para dejar de fumar.
Componentes de un Estilo de Vida Saludable

Un estilo de vida saludable se estructura en torno a varios pilares fundamentales:
Alimentación Saludable: Consumo de una dieta equilibrada, rica en frutas, verduras, cereales integrales, proteínas magras y grasas saludables, evitando alimentos ultra procesados y azúcares añadidos. La OMS recomienda limitar la ingesta de sal y grasas saturadas.
Actividad Física: Al menos 150-300 minutos semanales de actividad aeróbica moderada o 75-150 minutos de actividad vigorosa, según las guías de la OMS, junto con ejercicios de fuerza y flexibilidad.
Salud Mental: Prácticas como la meditación, mindfulness o terapia para gestionar el estrés, la ansiedad y fomentar el bienestar emocional.
Sueño de Calidad: Dormir entre 7-9 horas diarias para adultos, según la National Sleep Foundation, ya que el sueño influye en el rendimiento cognitivo y la salud física.
Evitar Conductas de Riesgo: Reducir o eliminar el consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras sustancias nocivas.

Relaciones Sociales: Mantener conexiones positivas con familia, amigos y comunidad para mejorar el bienestar emocional y reducir el aislamiento.

1020

Factores Determinantes
Los estilos de vida saludables están influenciados por:
Factores Individuales: Conocimientos, motivación, autoeficacia y creencias personales.
Factores Socioeconómicos: Educación, ingresos, acceso a servicios de salud y entornos seguros.
Factores Culturales: Normas, valores y tradiciones que pueden promover o limitar prácticas saludables (ej., dietas tradicionales vs. comida rápida).
Políticas Públicas: Programas de promoción de la salud, regulaciones sobre publicidad de alimentos o acceso a espacios recreativos.
Beneficios

Adoptar un estilo de vida saludable reduce el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles (como diabetes tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer), mejora la calidad de vida, aumenta la longevidad y fortalece la resiliencia mental.
Desafíos
Barreras Personales: Falta de tiempo, motivación o conocimientos.
Barreras Estructurales: Inequidad en el acceso a alimentos saludables, instalaciones deportivas o servicios médicos.
Influencias Externas: Publicidad de productos no saludables, estrés laboral o entornos que promueven sedentarismo.
Intervenciones y Estrategias
Para promover estilos de vida saludables, se pueden implementar:
Educación: Campañas de concienciación sobre nutrición, actividad física y salud mental.
Políticas Públicas: Regulación de alimentos ultra procesados, incentivos para la actividad física (ej., ciclovías) y acceso universal a servicios de salud.
Intervenciones Comunitarias: Programas locales que fomenten la participación en actividades saludables.

¿COMO SE REALIZÓ LA CONVOCATORIA?

- El día 01 de diciembre del 2025, se realiza articulación con la ESE Hospital Local Santa María, Coordinadora Hospital San Juan de Dios, secretaria de Educación y Deporte, secretaria de Cultura y Turismo, Secretaria de Salud Pública, Coordinador I.E.D Colegio Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Colegia Nacional Pinillos, Rector I.E.D. Normal Superior de Mompós, Rectores del I.E.D Municipio, EAPB, IPS, Presidentes de Juntas De Acción Comunales, Enlace de Discapacidad, Enlace de Victimas de Conflicto Armado, Personería Municipal, Defensoría del Pueblo, Comisaria de Familia, ICBF, Representantes de LGTBQ+, con el fin de realizar una rumbaterapia para promover la actividad física en la comunidad el día 05 de diciembre del 2025, a las 05:00 p.m.

METODOLOGÍA UTILIZADA:

El día 14 de Noviembre del 2025 a las 05:00 p.m, el equipo de Gestión se desplazó al Parque de San Francisco para la realización de la rumbaterapia, para promover los estilos de vida saludable dirigido a la población y comunidad en general, durante la actividad se procedió de la siguiente manera:

1027

- Saludo de bienvenida y presentación del equipo de Gestión, se explicó el objetivo de la jornada a los asistentes.
- Inició el calentamiento con referencia antes del comienzo de la actividad.
- Se procedió a la realización de rumbaterapia.
- Toma de evidencias del desarrollo de la actividad.
- Cierre de la actividad.

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD POR PARTE DEL FACILITADOR

Durante el espacio de trabajo con el personal asistente a la actividad física se evidenció un buen interés en el desarrollo de la rumbaterapia. Es por ello que, en términos generales, consideramos que se obtuvo una respuesta positiva y satisfactoria por parte del personal asistente.

ACTIVIDADES ADICIONALES:

- No se realizaron actividades adicionales.

HALLAZGOS:

- Los participantes manifiestan su agrado durante la actividad física.

COMPROMISOS:

- El equipo de Gestión se compromete a realizar más actividades de hábitos de vida saludable para generar conciencia.

CONCLUSIÓN:

Una vez finalizada la actividad se concluye, que se logró impactar positivamente al personal asistente a la rumbaterapia, Estrategia en la Rehabilitación Basada en la Comunidad de tal manera que estas personas desarrollen hábitos de vida saludable y que puedan multiplicar los hábitos a toda la población municipio de Mompox, Bolívar.

Hubo una asistencia de 31 personas, miembros de la comunidad en general que participaron en la actividad realizada.

Finalizada la actividad y cumpliendo con el objetivo, se logra sensibilizar a la población sobre la importancia de mantener buenos hábitos de vida saludable en todas las comunidades del Municipio de Mompox y sus alrededores. Actividad finalizada el dia 14 de noviembre del 2025 a las 06:00 p.m.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

https://grok.com/chat/90b26f82-9d97-4a57-9f2b-f6f2a4185ca4

1022

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





Calentamiento previo a la realización de la rumbaterapia, actividad realizada el 14 de Noviembre del 2025 en el Parque de San Francisco a las 5:00 p.m.



FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ALCALDÍA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX



Realización de la rumbaterapia actividad realizada el 14 de Noviembre del 2025 a las 05:30 p.m.

Dirigido a: Comunidad en general del Municipio de Santa cruz de Mompox.

Tipo de Actividad: Rumbaterapia

Número de personas que participaron de la actividad: 31 personas

Responsables de la Actividad:

Shirly Suarez
Coordinadora de Danza
Equipo de Gestion

ANEXOS ADICIONALES:

- Actas de articulación de la actividad.

1024

ALCALDIA DISTRITAL DE SANTA CRUZ DE
MOMPOX

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
Comprometidos con su bienestar

FUNDACION REHABILITAR ES AMAR
NIT No 900.628.594-4
Email:fundacionrehabilitar@outlook.com

ACTIVIDAD: Desarrollar cultura de Estilos de Vida Saludable **MUNICIPIO:** Mompos

LUGAR: Plaza de San Francisco **FECHA:** Nov 14 - 2025 **ARTICULADO CON:** IED, Defensoria del Pueblo

	NOMBRES Y APELLIDOS	NUMERO DE IDENTIDAD	CORREGIMIENTO/ VEREDA/ INSTITUCION	EDAD	SEXO		PERSONA AFECTADA POR LA VIOLENCIA		PERSONA CONDICION DE DISCAPACIDAD		NUMERO DE TELEFONO	FIRMA
					MAS	FEM	SI	NO	SI	NO		
1	Nicolas E	1057674964	Tomasa	12	M						3205203	E. Nicolas
2	Nataly Jhoana	1057673245	Tomasa	14		F					3002634	195 Nataly
3	Lina paola corrales R.	1057672374	Tomasa N	14		F					3207677	706 Lina paola
4	Maria Jose Orozco	1057673593	Tomasa	13		F					312863	363 Maria
5	Malite Carolina Martinez	1050844702	Tomasa N.	11		F		NO		NO	3233741	814 Malite M. C.
6	Zelena castro Montenegro	1050887020	Tomasa No	12		F		No		No	3206	16 Zelena castro
7	Angely Judith Narvaez	1050 844 733	Tomasa N.	14		F					312 7	68
8	Elizabeth Ortiz Vera	1007669 002	Tomasa N.	12	F	F		NO		NO	3126300	424 Elizabeth
9	Sharoll nicol Ruiz zuniga		Tomasa N.	12		F		NO			3008514	770 Sharoll nicol
10	Danuvis Nicto Hurtado	1050467725	Tomasa N.	12		F		NO		NO	3702	875 Danuvis
11	Danna sofia Lasprilla		Tomasa N.	14		F		NO		NO	3205	836 Danna
12	Nelson Antonio Petro marin		Tomasa N.	14	F	F		NO		NO	3205753	877 Nelson
13	Michael Gil valencia	1040 801 238	Tomasa No	12	M			NO		NO	314 783	778 Michael
14	Hecto castro barragan		Tomas No	13	M			NO		NO	3132	963 Hector
15	Juan carlos Corrales Mor		Tomasa	15	M			NO		NO	3157271	970 Juan carlos
16	Marlene Rojo Cuello	33211522	Monpox			F		X		X		
17	Sandy Lucia Arrieta	1051656263	Mompox	37	F							
18	Yarlenis Maria Lopez	33216525	B Tomas 23	50	F			No		N	3155	05
19	Yelmi Ruiz	3327 4052	Mpx	60	F			N		No	3176	82
20	Feria Jose	33 217 5054	Mpx	54	F			N		N	3127	21
21	Ramon Carrasco	33227204	Mpx	45	F			N		N	3234	85
22	Denys Surmay Reyes	33.213.672	Mompos	62		F	Si	Si		no	3205119	427 Denys Surmay R.
23	Rosa Antonia Martinez G.	1047361712	Mompos	41		F	Si	Si		no	3128611	98
24	Meilin Davila Avila	1143384185	Mompos	30		F	Si	Si		no	3128	36 Meilin Davila A
25	Yoseth Baza Toscano	33211342	Mompos	69		F	Si			Si	3107	574
26	Yuderis Villamizar Herrera	1051679442	Mompox	26	M			NO			3205	68
27	Yecenia C. Angulo	1051662771	Mompox	30		F		NO		NO	3235	795 Yecenia C. Angulo
28	Mabel Villarreal Alfaro	33212831	Mompox	56		F		NO		NO	3135	688 Mabel
29	Rosangel Cortina Novoa	32725283	Mompox	50		F		NO		NO	3145	978
30	Angel Mario Herrera Ortiz	1051677637	Mompox	28	M			NO		NO	3249	125 Angel
31	Carmen Ruiz	33221381	Mompox	44		F		NO		NO	3137	56