ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania		
Actividad: No 1	**Fecha de realización:** 08 de abril de 2026	**Hora:** 9:00 am a 11:00 am
Tema tratado y/o Actividad: Campañas para promover la actividad física en adultos, adultos mayores (crónicos), e informar sobre la importancia de la alimentación saludable y actividad física que fomente la integración comunitaria. Estiramientos y relajación: - Realizar ejercicios de estiramiento básicos. - Cierre con respiración profunda y un breve mensaje. Centros poblados (agua bonita, subía) y casco urbano.		
Grupo beneficiario: población objeto		**Etapa de ciclo:** Adultez y vejez
Lugar:	**Población programada:**	**Población cubierta:**
Puesto de salud agua bonita	15	15

Objetivo General	Realizar campañas para promover la actividad física y la alimentación saludable en la población objeto.		
Objetivos Específicos	Fomentar hábitos de vida saludables en adultos.		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables.	**Material:**
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza la campaña para promover la actividad física en la población de adulte y vejez (crónicos) e informar en la importancia de la alimentación saludable y la actividad física que fomente la integración comunitaria. Direccionada por la secretaria de salud en conjunto con el hospital Ismael silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales; el día 08 de abril, donde se da inicio en la educación a la población objeto: **Rutina de Estiramientos Básicos:** Realice cada movimiento de forma suave y lenta, manteniendo la posición entre 15 y 30 segundos sin rebotar. • **Cuello y Hombros:** Incline la cabeza hacia un lado, acercando la oreja al hombro, y presione suavemente con la mano del mismo lado. Luego, realice círculos grandes con los hombros hacia atrás y hacia adelante. • **Tronco y Espalda:** Entrelace las manos y estire los brazos hacia arriba, como si quisiera tocar el techo. Para la espalda, sentado o de pie, arquee la columna metiendo el pecho y luego extiéndala llevando el pecho hacia arriba. • **Brazos y Muñecas:** Extienda un brazo hacia adelante con la palma hacia afuera y use la otra mano para tirar suavemente de los dedos hacia atrás. • **Piernas (Cuádriceps**): De pie, doble una pierna hacia atrás sujetando el pie con la mano. Mantenga las rodillas juntas y la espalda recta. • **Cadera:** En posición de zancada (un paso largo adelante), desplace el peso hacia la pierna delantera manteniendo el tronco perpendicular al suelo.		



Cierre con Respiración Profunda
La respiración profunda envía una señal de calma al cerebro, reduciendo el estrés y la frecuencia cardíaca.

- **Posición:** Siéntese derecho con los pies apoyados en el suelo y una mano sobre el abdomen.
- **Inhalación:** Inhale lentamente por la nariz contando hasta cuatro, sintiendo cómo se infla su estómago como un globo.
- **Pausa:** Retenga el aire durante dos segundos.
- **Exhalación:** Suelte el aire por la boca lentamente contando hasta seis, sintiendo cómo desciende el abdomen.

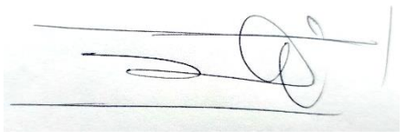


"Tu cuerpo es tu templo; cuidarlo hoy es la mejor inversión para tu bienestar de mañana. Recuerda que el esfuerzo de hoy será tu fuerza de mañana. ¡Sigue adelante!"

Terminando la educación se realizan los ejercicios de estiramiento básico con una respiración profunda a la población objeto. No siendo más se da cierre a la actividad se firma listado de asistencia y se anexa la evidencia fotográfica.

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto donde se llega a la conclusión que es muy importante toda la información ya que así podemos llevar una vida más saludable.	
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades para así poder fomentar a la población del municipio sobre el fortalecimiento de hábitos saludables mediante la educación y los estiramientos básicos.	
Material anexo	Presentación en Poder Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros	



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva-
Silvania Cundinamarca

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02 Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Campañas para promover la actividad Física en adultos, Adulta M. — FECHA: 08/Abril/2026

LUGAR: Aguabonita centro de salud. — HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES — HORA DE FIN: 11:00 am

Tipo de Identificacion: CC — Número: 3.171.137 — CARGO: HABITOS SALUDABLES — Firma: Martin

Codigo - CUPS: 11201

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Marcela Parrado	cc	53930910		X					X		1	7	84		X														X	caza.	SILVANIA	X		Aguabonita	313 4560659	Marcela Parrado
2	Jessica Parrado	cc	1071738840		X					X		5	12	08		X														X	Indep.	SILVANIA	X		Aguabonita	3134060309	Jessica Parrado
3	Ivana Muñoz	cc	39625840		X					X		11	3	78		X														X	casa	SILVANIA	X		Aguabonita	3225551615	
4	Mario Martinez	cc	80040059		X				X			10	1	74		X														X	casa.	SILVANIA	X		Aguabonita	3106893755	
5	Nahomi Acosta		1070		X					X		4	8	01		X														X	casa.	SILVANIA	X		Aguabonita	No Tiene	Mario
6	Luz Monna Franco	cc	20569624		X					X		17	1	59		X														X	casa.	SILVANIA	X		Aguabonita	3123540770	
7	Paola Acosta	cc	20472		X					X		8	10	90		X														X	Indep.	SILVANIA	X		Aguabonita	3142	
8	Luz Mireya Barrera	cc	39620732		X					X		18	5	70		X														X	casa.	SILVANIA	X		Aguabonita	No Tiene	
9	Yarra E. Moyano L.	cc	39622878		X					X		01	2	73		X														X	Indep.	SILVANIA	X		Aguabonita	3209220580	
10	Yessica P. Cáceres D.	cc	1069780420		X					X		26	12	94		X														X	Abogada.	SILVANIA	X		Aguabonita	3053002304	
11	Flor Maria C.	cc	39612416		X					X		5	9	61		X														X	casa.	SILVANIA	X		Aguabonita	312 4637670	
12	Jenifer Martinez	cc	1069		X					X		28	11	87		X														X	Salud.	SILVANIA	X		Aguabonita	3046643566	
13	Leidy Villalba	cc	1069		X					X		29	12	98		X														X	Salud.	SILVANIA	X		Aguabonita	3143926550	Leidy Villalba
14	Jhon Duarte	cc	1069437028		X				X			7	1	81		X														X	Profesor.	SILVANIA	X		Aguabonita	3107899413	
15	Carmen Quintero	cc	26		X					X		14	4	93		X														X	casa.	SILVANIA	X		Aguabonita	3207081	

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 2		**Fecha de realización:** 15 y 22 de abril de 2026	**Hora:** 11:00 am -12:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Informar acerca de prácticas y promoción de la actividad física y realizar actividad física a la comunidad en general en las casas de la salud.			
Grupo beneficiario: Toda la población			**Etapa de ciclo:** primera infancia, infancia, adolescencia, juventud, adultez y vejez
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Noruega alta 15 de abril de 11-12 pm y Noruega baja 22 de abril de 9-11 am.		30	30
Objetivo General	Fomentar prácticas de la actividad física, en la comunidad en general en casas de la salud del municipio.		
Objetivos Específicos	Dar a conocer la promoción de la actividad física realizándolas en las casas de la salud del municipio.		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** técnico hábitos saludables	**Material:** Afiche para brindar educación
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza la actividad en las veredas noruega alta y baja; casas de la salud con la comunidad que asistió; acerca de prácticas y promoción de la actividad física. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales; los días 15 y 22 de abril, donde se da inicio educando a la población objeto sobre: **¿QUÉ ES LA ACTIVIDAD FÍSICA?** La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud. 		

¿QUÉ ES PRACTICAR UNA ACTIVIDAD FÍSICA?

En la práctica, consiste en cualquier movimiento, realizado incluso durante el tiempo de ocio, que se efectúa para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, para trabajar o para llevar a cabo las actividades domésticas.



BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

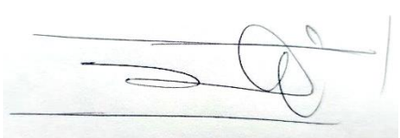
- Previene el aumento de peso, la diabetes tipo 2, las enfermedades cardíacas y la presión arterial alta
- Fortalece los huesos
- Ayuda a envejecer bien
- Reduce los síntomas de depresión y ansiedad
- Mejora la salud general y el estado físico
- Baja el riesgo de muchas enfermedades crónicas



CÓMO COMENZAR

- Empieza despacio y aumenta la intensidad de a poco
- Intenta aumentar el nivel de actividad no más de un 10 % a la semana
- Si tienes una lesión o enfermedad, habla con tu profesional de atención médica o entrenador físico
- Actividades físicas comunes Caminar, Montar en bicicleta, Pedalear, Practicar deportes, Participar en juegos y actividades recreativas.

	RECOMENDACIONES Se deberán acumular al menos 60 minutos diarios de actividad física Incluye ejercicios de fortalecimiento muscular y flexibilidad por lo menos tres veces por semana  Terminando la educación se realiza prácticas y promoción de la actividad física a la comunidad en general en las casas de la salud, realizando estiramientos por medio de música dirigida por el técnico de hábitos saludables. No siendo se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto donde se llega a la conclusión que es muy importante toda la información ya que así podemos llevar una vida más saludable.
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades para así poder fomentar a la población del municipio sobre el fortalecimiento de hábitos saludables mediante la educación y la actividad física.
Material anexo	Presentación en Poder Point:
	Registro Fotográfico: X
	Convocatoria:
	Listado de Asistencia: X
	Videos:
	Otros:



José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva-
Silvania Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS





HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania Cundinamarca / ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
	CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Informar acerca de practicas y promocion de la actividad Fisica.

FECHA: 15/Abril/2026.

LUGAR: Noruega Alta casa de la Salud.

HORA INICIO: 11:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 12:00 m

Tipo de identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable			ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2. Victima Conflicto armado			SI	NO			R	U			
1	Orfilia Ierma	CC	39635954		X					X		8	9	61		X															X	Casa.	SILVANIA	X		Noruega Alta	3114617407	
2	Alejandro lopez	CC	2977261		X				X			3	4	55		X															X	Agricult.	SILVANIA	X		U	3102406446	
3	Florencio Carrillo	CC	80666603		X				X			29	1	71		X															X	Agricul.	SILVANIA	X		U	3017193377	
4	Yeny Vazquez	CC	1069758942		X					X		13	12	96		X															X	casc.	SILVANIA	X		U	No Tiene	
5	Estercia Castellanos	TI	1073 1315955		X					X		12	4	16		X															X	casa.	SILVANIA	X		U	No Tiene	Estercia Castellanos
6	Esteban Castellanos	TI	1073 132228		X				X			16	4	20		X															X	casa.	SILVANIA	X		U	No Tiene.	Esteban Castellanos
7	Geraldo Ramos	CC	11253 1357		X				X			7	10	43		X															X	Agricul.	SILVANIA	X		U	3503385932	
8	Leonor Espinosa	CC	51916311		X					X		4	6	68		X															X	Casa	SILVANIA	X		U	3503385932	
9	Nubio lopez.	CC	5721485		X					X		1	5	79		X															X	casa	SILVANIA	X		U	3185369760	
10	Reinero Rodriguez	CC	3157697		X				X			25	2	83		X															X	Agricult.	SILVANIA	X		U	3023765605	
11	Alcira Montaño	CC	35423631		X					X		9	12	80		X															X	casa.	SILVANIA	X		U	3002502231	
12	luis Mora	CC	81701721		X				X			4	11	85		X															X	Agricult.	SILVANIA	X		U	3027620441	
13	Monica Mora	CC	1072 496741		X					X		26	9	96		X															X	casa.	SILVANIA	X		U	3004302536	
14	Sra Guzman	CC	1072 496462		X					X		13	3	14		X															X	casc.	SILVANIA	X		U	3004302536	
15	Jhon Gonzalo	CC	3214430		X				X			18	2	76		X															X	Agricult	SILVANIA	X		U	3084217102	

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Informar acerca de practicas y promocion de la actiua Fisica.

FECHA: 22/ Abril /2026

LUGAR: Noruega Baja

HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 11:00 am

Tipo de identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma

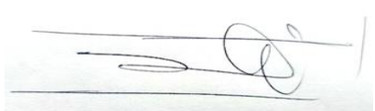
Codigo - CUPS: 10401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2. Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Pedro Castillo	CC	13559438		X				X			4	3	66	X															X		Noruega Baja	SILVANIA	X		Noruega Baja.	320[illegible]	Pedro Ca.
2	Maria del carmen C	CC	39624440		X				X	X		14	11	61	X															X		Noruega Baja.	SILVANIA	X		Noruega Baja.	313[illegible]	
3	Flormda Saduno	CC	35360362		X					X		1	12	63	X															X		casa	SILVANIA	X		Noruega Baja	No tiene	Flor
4	Olga Lucia Acosta	CC	20972285		X					X		5	6	71	X															X		independ	SILVANIA	X		Noruega Baja	322240[illegible]	
5	Eduardo Velasquez	CC	385560		X				X			14	10	54	X															X		casa.	SILVANIA	X		Noruega Baja.	No tiene	Eduardo
6	Sandra. Urrea	CC	20917878		X					X		10	1	98	X															X		casa	SILVANIA	X		Noruega Baja.	310277[illegible]	
7	Elsa Torres.	CC	20427111		X					X		7	1	91	X															X		casa.	SILVANIA	X		Noruega	310[illegible]	
8	Sandra Bello	CC	1009 477044		X					X		18	2	79	X															X		Casa,	SILVANIA	X		Noruega	320[illegible]	Sandra
9	Arnulfo Diaz.	CC	3170880		X				X			4	11	76	X															X		casa.	SILVANIA	X		Noruega	319[illegible]	
10	Enrique Ortiz.	CC	4777041		X				X			18	2	79	X															X		casa.	SILVANIA	X		Noruega Baja.	3[illegible]	
11	Carlos Prieto	CC	22477691		X				X			11	12	68	X															X		Indep.	SILVANIA	X		Noruega	321[illegible]	
12	Ninelli Garzon	CC	20644714		X					X		26	6	79	X															X		Indep.	SILVANIA	X		Noruega Baja	310203010	Ninelli
13	Marlen Jimenez.	CC	20921714		X					X		4	3	68	X															X		casa.	SILVANIA	X		Noruega	315[illegible]	
14	Yeimy Loaiza.	CC	41468510		X					X		11	2	54	X															X		Casa	SILVANIA	X		Noruega Baja	310[illegible]	
15	Erica. Dimate.	CC	1075 921755		X					X		3	10	01	X															X		Indep.	SILVANIA	X		Noruega.	320[illegible]	Erica.

Powered by CamScanner

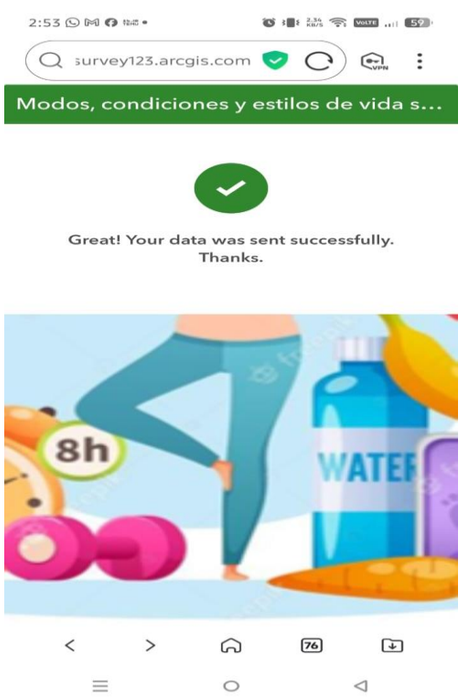
ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

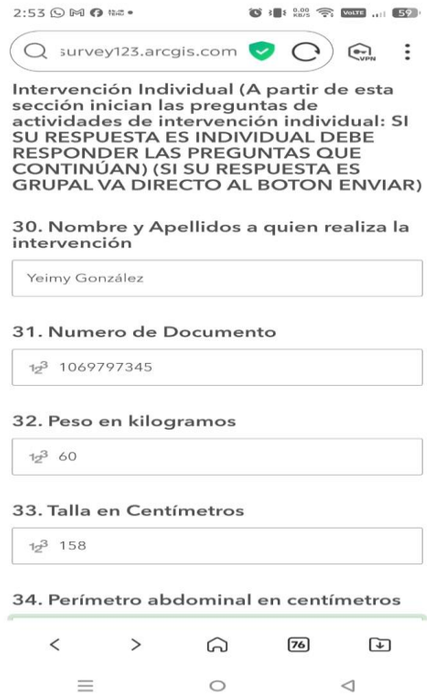
Municipio: Silvania			
Actividad: No 3		**Fecha de realización:** 01-30 de abril de 2026	**Hora:** 8:00 am a 4:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Educar a la población Silvanense sobre la importancia y beneficios de la actividad física a través de acciones coordinadas con los actores municipales, llevando a cabo la Estrategia Cundinamarca Vive Saludable, promoviendo una cultura de auto cuidado.			
Grupo beneficiario: Toda la comunidad			**Etapa de ciclo:** juventud y adultez
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Casco urbano y rural		10	10
Objetivo General	Realizar educación a la población silvanense sobre la importancia y beneficios de la actividad física a través de acciones coordinadas con los actores municipales.		
Objetivos Específicos	Educar a la población del municipio en la importancia y beneficios de la actividad física a través de acciones coordinadas con los actores municipales.		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** técnico hábitos saludables	**Material:** Link encuesta gobernación
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril 2026, se realiza educación a la población silvanense sobre la importancia y beneficios de la actividad física a través de acciones coordinadas con los actores municipales, llevando a cabo la Estrategia Cundinamarca Vive Saludable, promoviendo una cultura de auto cuidado; Direccionada por la Secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales donde se relaciona las 10 encuestas en la plataforma de estrategia vive saludable en el casco urbano y rural .		
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.		
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades para así poder identificar y promover los beneficios de la actividad física y estilos de vida saludable.		
Material anexo	Presentación en Power Point		
	Registro Fotográfico		X
	Convocatoria		
	Listado de Asistencia		
	Videos		
	Otros ¿cuál? Pantallazos link encuesta		X

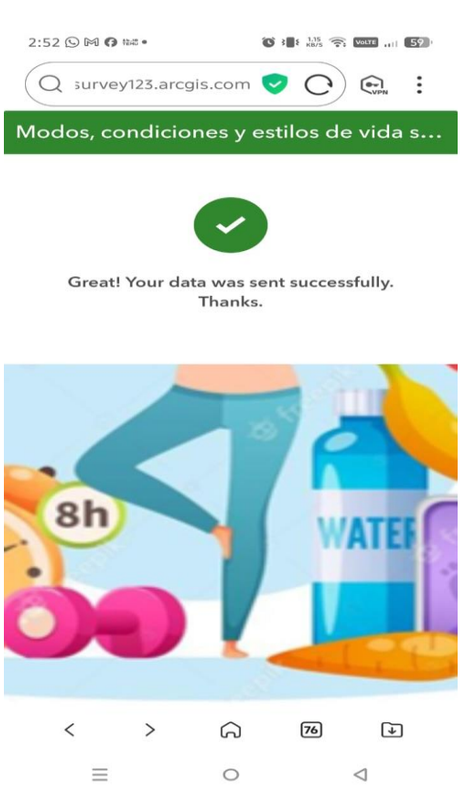


_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania Cundinamarca

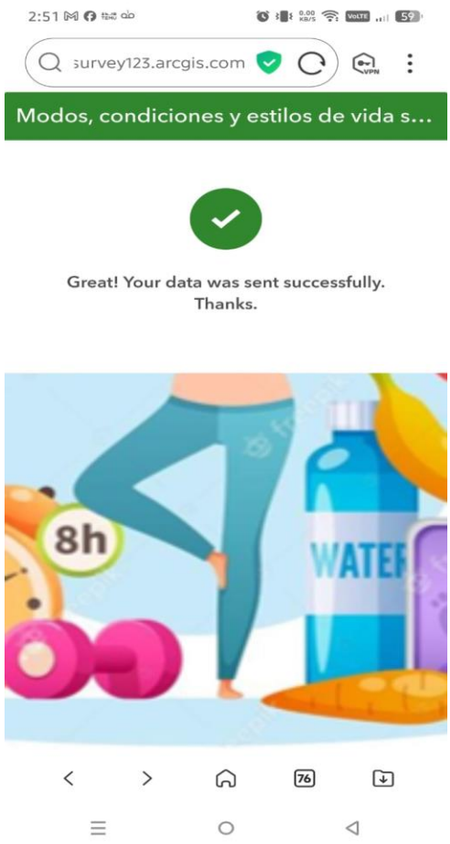
EVIDENCIA FOTOGRAFICA:

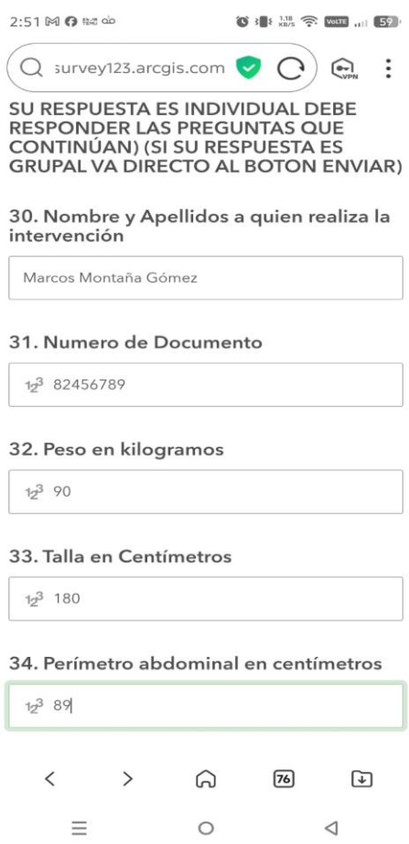

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h

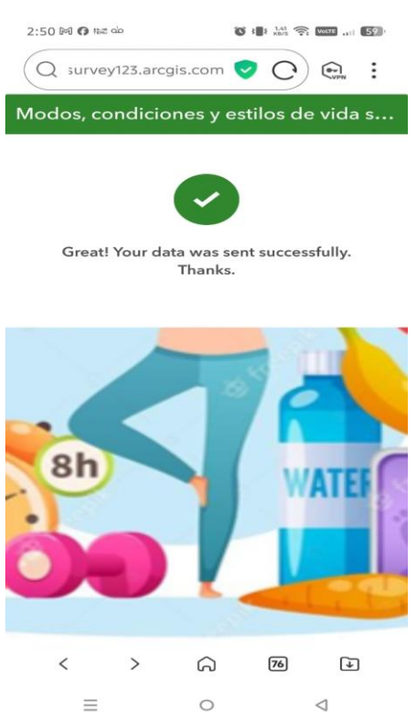

survey123.arcgis.com
Intervención Individual (A partir de esta sección inician las preguntas de actividades de intervención individual: SI SU RESPUESTA ES INDIVIDUAL DEBE RESPONDER LAS PREGUNTAS QUE CONTINÚAN) (SI SU RESPUESTA ES GRUPAL VA DIRECTO AL BOTON ENVIAR)
30. Nombre y Apellidos a quien realiza la intervención
Yeimy González
31. Numero de Documento
1069797345
32. Peso en kilogramos
60
33. Talla en Centímetros
158
34. Perímetro abdominal en centímetros

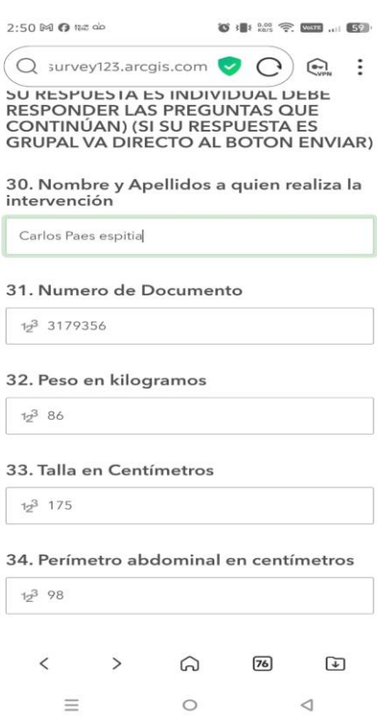

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h

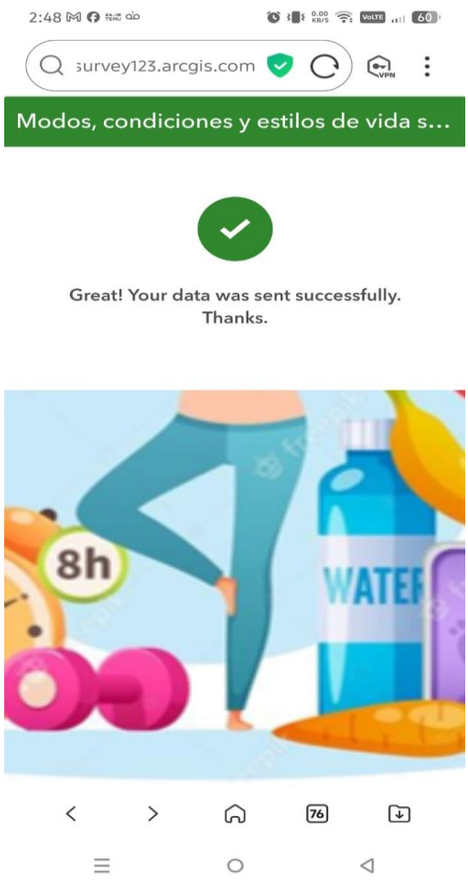

survey123.arcgis.com
SU RESPUESTA ES INDIVIDUAL DEBE RESPONDER LAS PREGUNTAS QUE CONTINÚAN) (SI SU RESPUESTA ES GRUPAL VA DIRECTO AL BOTON ENVIAR)
30. Nombre y Apellidos a quien realiza la intervención
Marcela Piñeros urrea
31. Numero de Documento
20987234
32. Peso en kilogramos
65
33. Talla en Centímetros
160
34. Perímetro abdominal en centímetros
71

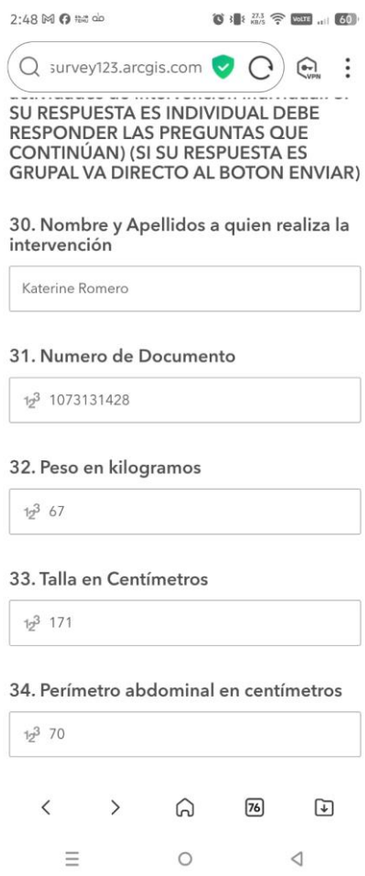

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h

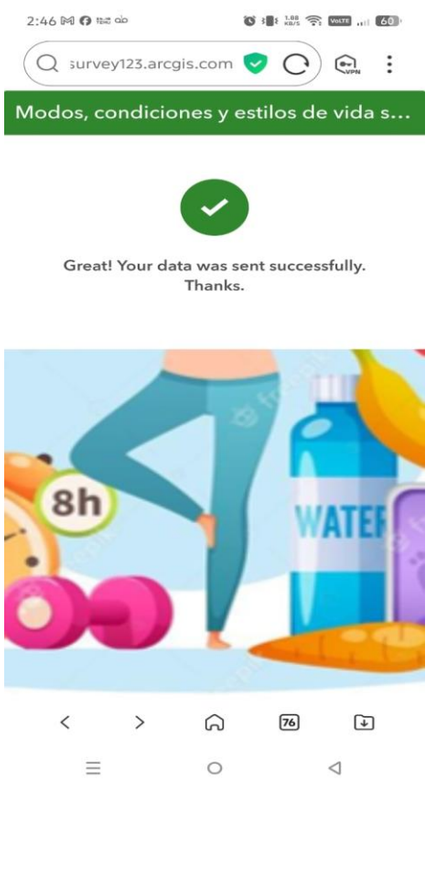

survey123.arcgis.com
SU RESPUESTA ES INDIVIDUAL DEBE RESPONDER LAS PREGUNTAS QUE CONTINÚAN) (SI SU RESPUESTA ES GRUPAL VA DIRECTO AL BOTON ENVIAR)
30. Nombre y Apellidos a quien realiza la intervención
Marcos Montaña Gómez
31. Numero de Documento
82456789
32. Peso en kilogramos
90
33. Talla en Centímetros
180
34. Perímetro abdominal en centímetros
89

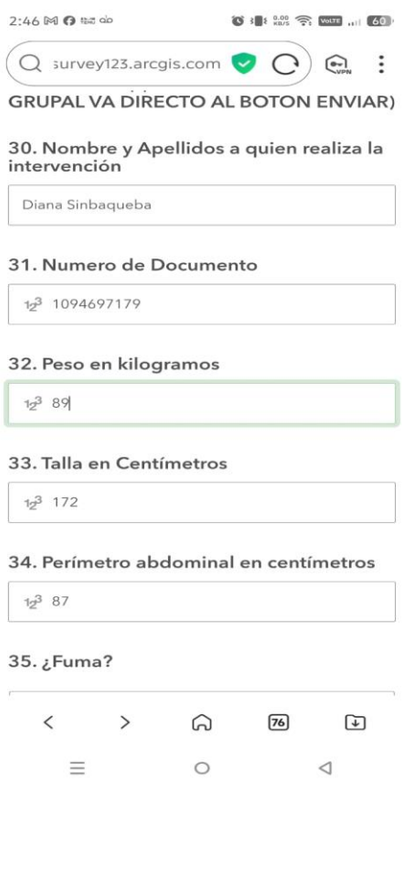

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h

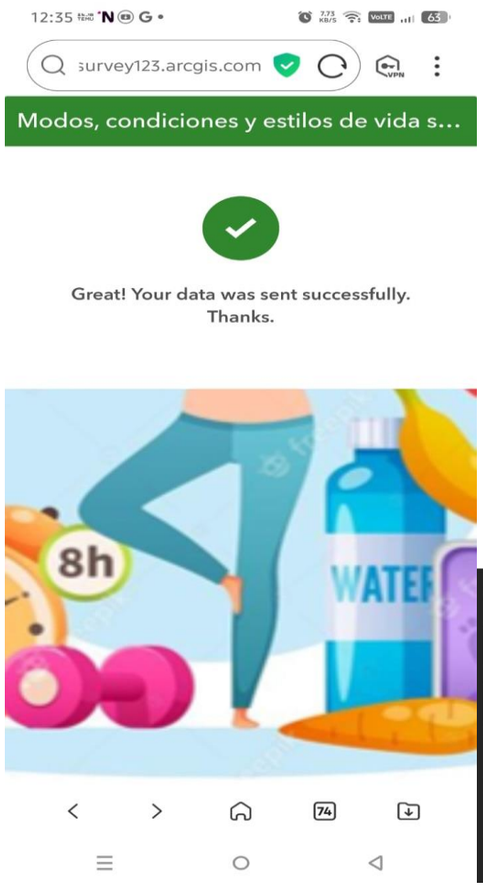

survey123.arcgis.com
SU RESPUESTA ES INDIVIDUAL DEBE RESPONDER LAS PREGUNTAS QUE CONTINÚAN) (SI SU RESPUESTA ES GRUPAL VA DIRECTO AL BOTON ENVIAR)
30. Nombre y Apellidos a quien realiza la intervención
Carlos Paes espitia
31. Numero de Documento
3179356
32. Peso en kilogramos
86
33. Talla en Centímetros
175
34. Perímetro abdominal en centímetros
98

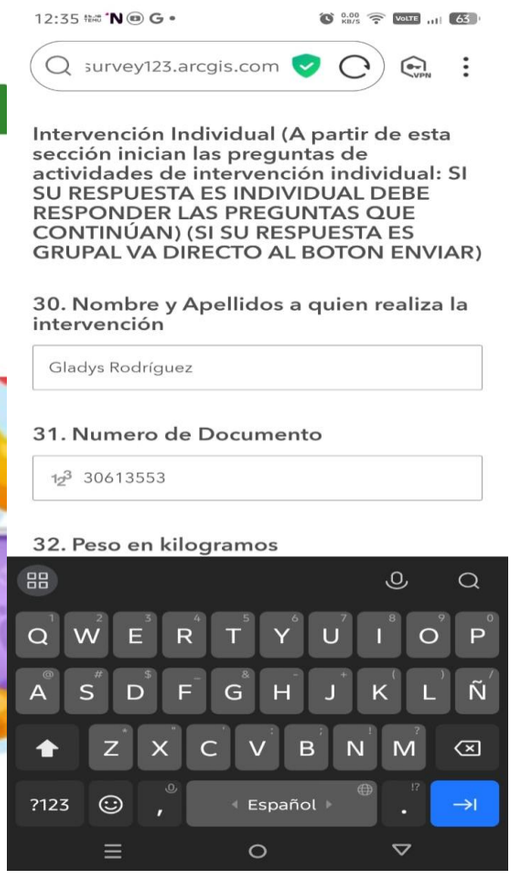

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h
WATER

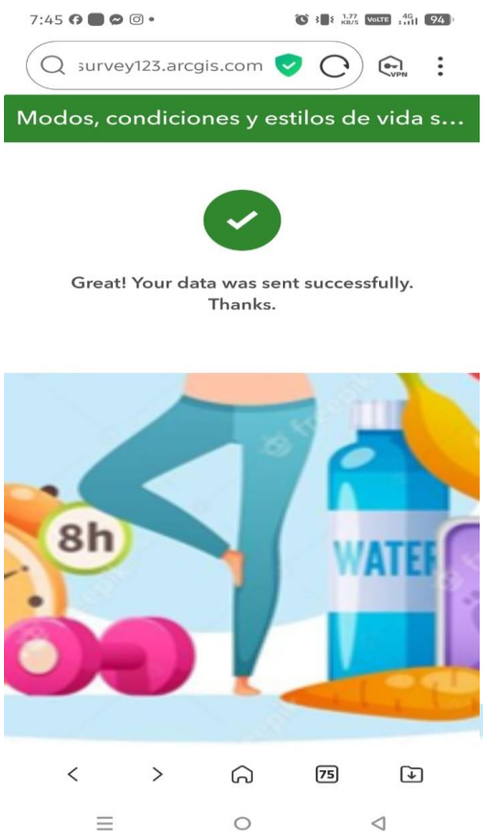

survey123.arcgis.com
SU RESPUESTA ES INDIVIDUAL DEBE RESPONDER LAS PREGUNTAS QUE CONTINÚAN) (SI SU RESPUESTA ES GRUPAL VA DIRECTO AL BOTON ENVIAR)
30. Nombre y Apellidos a quien realiza la intervención
Katerine Romero
31. Numero de Documento
1073131428
32. Peso en kilogramos
67
33. Talla en Centímetros
171
34. Perímetro abdominal en centímetros
70

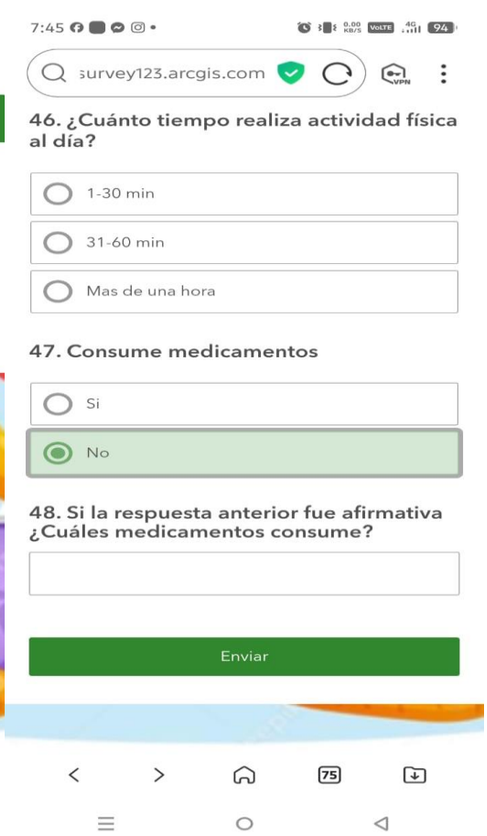

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h
WATER

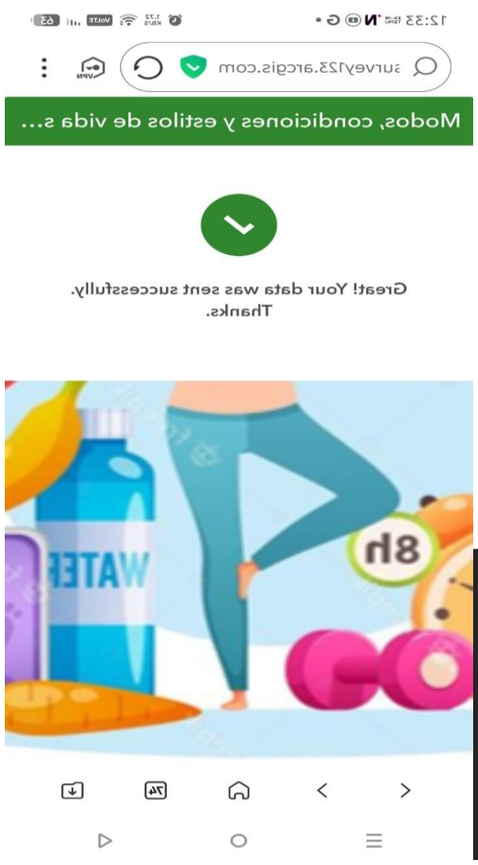

survey123.arcgis.com
GRUPAL VA DIRECTO AL BOTON ENVIAR)
30. Nombre y Apellidos a quien realiza la intervención
Diana Sinbaqueba
31. Numero de Documento
1094697179
32. Peso en kilogramos
89
33. Talla en Centímetros
172
34. Perímetro abdominal en centímetros
87
35. ¿Fuma?

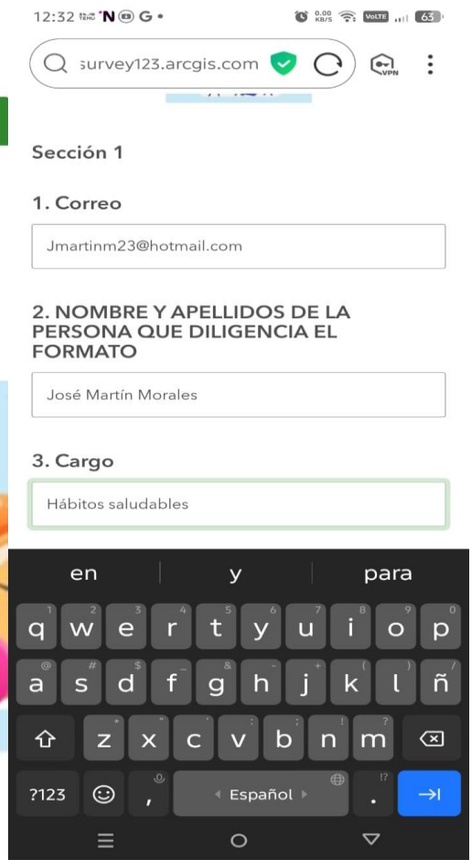

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h
WATER

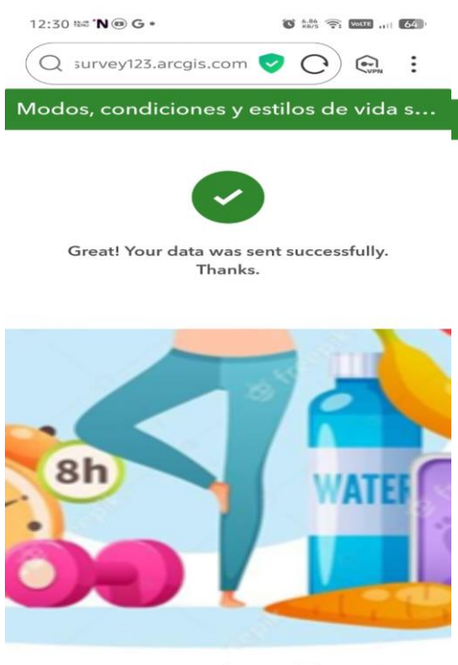

survey123.arcgis.com
Intervención Individual (A partir de esta sección inician las preguntas de actividades de intervención individual: SI SU RESPUESTA ES INDIVIDUAL DEBE RESPONDER LAS PREGUNTAS QUE CONTINÚAN) (SI SU RESPUESTA ES GRUPAL VA DIRECTO AL BOTON ENVIAR)
30. Nombre y Apellidos a quien realiza la intervención
Gladys Rodríguez
31. Numero de Documento
30613553
32. Peso en kilogramos
Español

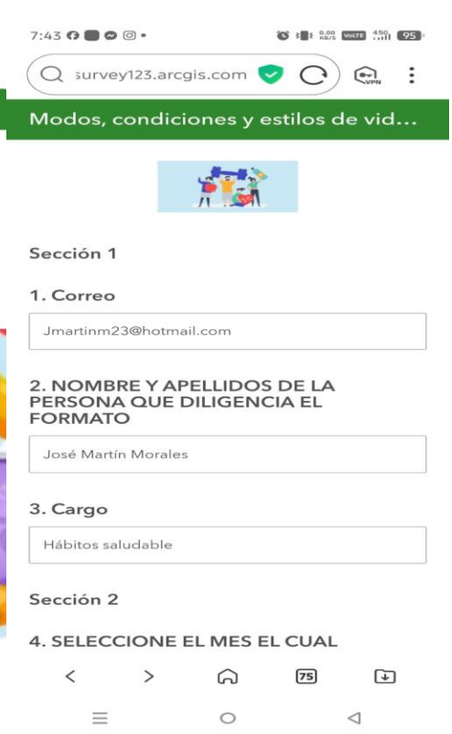

survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Great! Your data was sent successfully.
Thanks.
8h
WATER


survey123.arcgis.com
46. ¿Cuánto tiempo realiza actividad física al día?
1-30 min
31-60 min
Mas de una hora
47. Consume medicamentos
Si
No
48. Si la respuesta anterior fue afirmativa ¿Cuáles medicamentos consume?
Enviar


Great! Your data was sent successfully.
Thanks.


survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vida s...
Sección 1
1. Correo
Jmartinm23@hotmail.com
2. NOMBRE Y APELLIDOS DE LA PERSONA QUE DILIGENCIA EL FORMATO
José Martín Morales
3. Cargo
Hábitos saludables


Great! Your data was sent successfully.
Thanks.


survey123.arcgis.com
Modos, condiciones y estilos de vid...
Sección 1
1. Correo
Jmartinm23@hotmail.com
2. NOMBRE Y APELLIDOS DE LA PERSONA QUE DILIGENCIA EL FORMATO
José Martín Morales
3. Cargo
Hábitos saludable
Sección 2
4. SELECCIONE EL MES EL CUAL

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

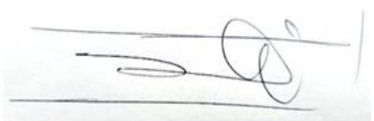
Municipio: Silvania			
Actividad: No 4		**Fecha de realización:** 23 de abril de2026	**Hora:** 11:00 am–12:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Realizar actividades predeportivas a los niños y niñas de 0 a 5 años de las instituciones educativas del Municipio (jardín la pradera, siete enanitos, jardín la villa) para que comprendan las nociones básicas y generalidades a través de la praxis. Dinámicas: • Fútbol numerado • Posta basquetera			
Grupo beneficiario: niños y niñas			**Etapa de ciclo:** primera infancia.
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Jardín la pradera		A demanda	15
Objetivo General	Realizar actividades predeportivas a primera infancia en las instituciones educativas del municipio		
Objetivos Específicos	Comprender las nociones básicas y generales a través de la praxis		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza en la institución jardín la pradera con los niños y niñas de primera infancia praxis de mini baloncesto coordinando el lanzamiento al aro de baloncesto corriendo con balón en mano sin tener en cuenta las reglas. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales; el día 23 de abril, donde se inicia la actividad informando a la docente el propósito de la activada con los niños y niñas: **¿PARA QUÉ EDAD ES ADECUADO UN MINI BALONCESTO?** Para niños de 4 años o menos. A menos que quieras iniciar a un niño prodigio, el tamaño 3 es un balón de baloncesto miniatura novedoso, principalmente para divertirse o coleccionar. 		

<table>
<tr><td></td><td colspan="2">¿PUEDEN LOS NIÑOS DE 2 AÑOS JUGAR AL BALONCESTO?

A los dos años, los niños aún dominan las habilidades motoras básicas. Las exigencias físicas de los deportes tradicionales, como atrapar un balón o driblar una pelota de baloncesto, requieren un nivel de motricidad fina y gruesa que la mayoría de los niños pequeños aún no han desarrollado.



Terminando la actividad y No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.</td></tr>
<tr><td>Hallazgos y Conclusiones</td><td colspan="2">Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.</td></tr>
<tr><td>Aportes y Sugerencias</td><td colspan="2">Realizar más actividades para que comprendan las nociones básicas y generalidades a través de la praxis</td></tr>
<tr><td rowspan="6">Material anexo</td><td>Presentación en Power Point</td><td></td></tr>
<tr><td>Registro Fotográfico</td><td>X</td></tr>
<tr><td>Convocatoria</td><td></td></tr>
<tr><td>Listado de Asistencia</td><td>X</td></tr>
<tr><td>Videos</td><td></td></tr>
<tr><td>Otros</td><td></td></tr>
</table>



_____

José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividades pradeportivas a los niños y niñas de 0 a 5 años.

FECHA: 23/Abril/2026.

LUGAR: Jardin la Pradera.

HORA INICIÓ: 11:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 12:00 m

Tipo de identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin.

Código - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2.Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	laura Palomino	RC	1073 948304				X			X		10	9	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
2	Nicol Bohadilla.	RC	1130 508900				X			X		15	7	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
3	Jarcamo Walters	RC	1070 955710				X		X			25	3	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
4	Diego Alejandro A.	RC	1069. 774989				X		X			14	11	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
5	Sofia Cucaita	RC	1033 630408				X			X		30	8	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
6	melanie Hernandez	RC	1072 948334				X			X		23	11	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
7	Valentina Romero	RC	1072 948336				X			X		29	10	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
8	Damian Pachon	RC	1171 215748				X		X			30	9	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
9	Alfredo Arteaga	RC	1069 774536				X		X			30	7	21		X															x		Estudio	SILVANIA		X			
10	mateo Aya Ruiz	RC	1072 948302				X		X			30	8	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
11	Evelin Yomara Mejia	RC	1069 774989				X			X		14	11	21		X															x		Estudio	SILVANIA		X			
12	Camilo Canta	RC	1130 504184				X		X			15	6	21		X															x		Estudio	SILVANIA		X			
13	Andres Mendez	RC	1072 948117				X		X			15	5	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			
14	Aldemar Matias	RC	1069 158403				X		X			5	11	21		X															x		Estudio	SILVANIA		X			
15	Matias Gonzalez	RC	1069 799788				X		X			30	8	21		X															X		Estudio	SILVANIA		X			

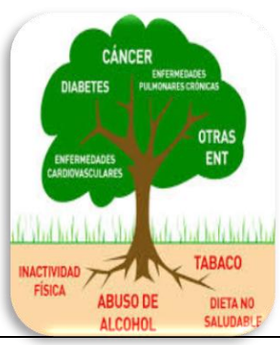
Asociación de Padres de Hogar infantil la Pradera

3114622260

Sonia P. Amaya Lopez Babosa

Powered by CamScanner

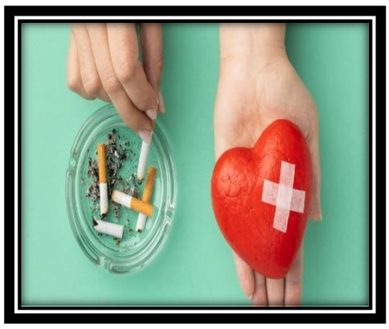
ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 5		**Fecha de realización:** 09 de abril de 2026	**Hora:** 4:00 pm - 5:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Jornadas de rumba terapia dirigido a todos los cursos de vida (niños, niñas, jóvenes, adolescentes, adultos, adultos mayores), con el fin de evitar las enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes y la hipertensión garantizando un mejor vivir"			
Grupo beneficiario: toda la población			**Etapa de ciclo:** juventud, adultez
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Panamá bajo		A demanda	15
Objetivo General	Realizar rumba terapia dirigida a los curos de vida, con el fin de evitar enfermedades crónicas no trasmisibles.		
Objetivos Específicos	Educar sobre las enfermedades crónicas no trasmisibles como hipertensión diabetes		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza educación a la población de objeto, sobre la importancia de las actividades físicas dirigidas para evitar enfermedades crónicas no trasmisibles. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales; el día 09 de abril del presente año. **LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES (ENT)** son afecciones que duran mucho tiempo y que no se transmiten por contagio. Son la principal causa de muerte y discapacidad en el mundo. **Principales enfermedades crónicas no transmisibles:** • Enfermedades cardiovasculares, como infartos y accidentes cerebrovasculares • Cáncer • Diabetes • Enfermedades pulmonares crónicas, como asma y EPO • Enfermedad renal crónica  		

Factores de riesgo:

- Tabaquismo
- Inactividad física
- Consumo nocivo de alcohol
- Dieta no saludable
- Obesidad
- Contaminación del aire







Características de las ENT:

- Suelen progresar lentamente
- No hay una solución definitiva, pero se pueden tratar para mantener la funcionalidad
- La mayoría no presentan síntomas, o solo los muestran en etapas avanzadas
- Se pueden prevenir y controlar con cambios en el estilo de vida

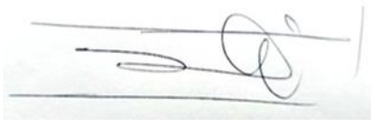
Prevención de las ENT

- Detectar, atender y tratar oportunamente las enfermedades
- Promover la salud y el bienestar a lo largo de la vida
- Implementar políticas públicas costo-efectivas
- Desarrollar intervenciones de salud





	Terminando la actividad se realiza unos ejercicios dirigidos a la población objeto No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades para la población y evitar el sedentarismo	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





Construyendo atención con calidad
HOSPITAL ISMAEL SILVA
E.S.E Silvania - Cundinamarca

ALCALDIA MUNICIPAL DE SILVANIA

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02
CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Jornadas de Rumba Terapia dirigido a todos los ciclos de vida. FECHA: 9/Abril/2026.

LUGAR: Panama Bajo. HORA INICIO: 4:00 pm

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES HORA DE FIN: 5:00 pm

Tipo de Identificacion: CC Número: 3.171.137 CARGO: HABITOS SALUDABLES Firma martin.

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Físico	Cognitivo	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado	SI	NO			R	U			
1	Alejandra Flores	CC	1097 392551		X					X		12	10	99	X															Y	casa.	SILVANIA	X		Panama Bajo.	3228059221	Dilan Mendoza
2	Dilan Mendoza	RC	1141 140097		X				X			14	9	20	X															X	Estudio	SILVANIA	X		Panama Bajo	NO Tiene.	Maria Alejandra F.
3	Joana Garcia	CC	1072 994355		X					X		20	8	90	X															Y	Independ.	SILVANIA	X		Panama Bajo.	3195979068	Yohanna Garcia
4	Marcela Barbosa	CC	10928 45130		X					X		16	12	91	X															X	casa.	SILVANIA	X		Panama Bajo	3217447259	Mauricio Gallosa
5	Yiomara Arias	CC	1130 504103		X					X		29	7	06	X															Y	Estudio.	SILVANIA	X		Panama Bajo	3045891897	
6	Alcyda Motta	CC	55150576		X					X		5	8	67	X															Y	casa.	SILVANIA	X		Panama Bajo.	3112251640	
7	milena Ortega	CC	1072 993078		X					X		9	4	92	X															X	casa.	SILVANIA	X		Panama	3215401421	
8	ligia Acero	CC	20585130		X					X		20	11	59	X															X	casa	SILVANIA	X		Panama	3115250921	
9	Irma Castaño	CC	51.598.681		X					X		22	5	57	X															X	casa	SILVANIA	X		Panama	3145055328	
10	Pedro Galeano	CC	3171429.		X				X			7	11	78	X															X	Hogar.	SILVANIA	X		Panama	3107152410	
11	Josefina Garzon	CC	20421418		X					X		19	2	79	X															X	Hogar.	SILVANIA	X		Panama	3204736145	
12	Juan Pablo Urrea	CC	82428744		X				X			3	10	81	X															X	Hogar.	SILVANIA	X		Panama	3147000510	Juan Pablo
13	Sandra Ortiz Diaz	CC	1069 799321		X					X		14	3	01	X															X	Estudio.	SILVANIA	X		Panama	3217500720	
14	Tatiana medina	CC	1076 423723		X					X		19	1	08	X															X	Estudio.	SILVANIA	X		Panama	3117010620	Tatiana
15	Joana Castro	CC	20421738		X					X		3	12	80	X															Y	Hogar.	SILVANIA	X		Panama.	3202000000	

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania		
Actividad: No 6	**Fecha de realización:** 08-13-15-21 y 24 de abril de 2026	**Hora:** 8:00 am-12 pm
Tema tratado y/o Actividad: Realizar actividades deportivas a los niños y niñas de las instituciones educativas del Municipio para que comprendan las nociones básicas y generalidades a través de los ejercicios y actividades viso manual y viso pedico. (escuelas rurales (participantes mínimos 15 -durante cuarenta (40) minutos).		
Grupo beneficiario: niños y niñas		**Etapa de ciclo:** primera infancia e infancia
Lugar:	**Población programada:**	**Población cubierta:**
Escuelas: victoria baja 8 de abril 11-12 pm, noruega baja 13 abril 11-12 pm, noruega alta 15 de abril 9-10 am, yayata baja 21 de abril 11-12 pm y victoria baja 24 de abril 8-9 am.	A demanda	75

Objetivo General	Realizar actividades deportivas a los niños y niñas viso manual y viso pedico.		
Objetivos Específicos	Educar en la importancia de los ejercicios a través de actividades viso Manual y pedico.		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** técnico hábitos saludables	**Material:**

Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad

En el mes de abril del presente año, se realiza educación en las actividades del municipio en las escuelas rurales para comprender las nociones básicas y generales a través de los ejercicios viso manual y viso pedico. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales los días 08-13-15-21 y 24 de abril del presente año.

EJERCICIOS VISO-MANUALES: Los ejercicios viso-manuales son actividades que desarrollan la coordinación entre los ojos y las manos. También se les conoce como ejercicios de coordinación óculo-manual.



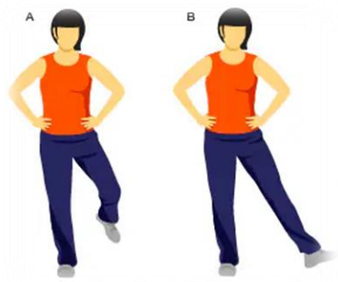
1. **Jugar con la pelota:** lanza y atrapar una pelota

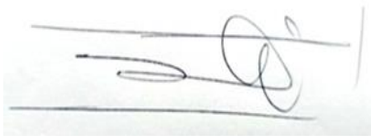
2. **Dibujar:** utilizar la vista y las manos para crear imágenes

EJERCICIOS VISO-PEDICO:

La ejecución viso-pedico es la capacidad de usar los pies de manera correcta y armoniosa, en respuesta a ejercicios deportivos cotidianos. También se conoce como coordinación osculopedica.

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

	1. Coger la punta del pie derecho, extender la pierna y buscar equilibrio. 2. Ponerse pantalones 3. Subir escaleras 4. Saltar en ambos pies en un punto determinado    Terminando la actividad se realiza unos ejercicios dirigidos a los niños y niñas de las escuelas en zona rural. y No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades para la población y evitar el sedentarismo de nuestro niños y niñas	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS





Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDIA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividades Deportivas a los niños y niñas de las Instituciones — **FECHA:** 8/Abril/2026.

LUGAR: Victoria Baja. Victoria los Lajos. — **HORA INICIO:** 11:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES — **HORA DE FIN:** 12:00 m

Tipo de identificacion: CC — **Número:** 3.171.137 — **CARGO:** HABITOS SALUDABLES — **Firma** Martin.

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2. Victima conflicto armado		SI	NO			IE	IF			
1	Santiago Gutierrez.	RC	1206 223445.				X		X			9	3	12		X														X	Estudio	SILVANIA	X				
2	Darwin Machola.	RC	1118 475546.				X		X			13	2	21		X														X	11	SILVANIA	X				
3	Sebastian Lombana	TI	1093 070807				X		X			12	9	16		X														X	11	SILVANIA	X				
4	Diego Garcia.	TI	1068 976343				X		X			3	11	16		X														X	11	SILVANIA	X				
5	Sofia Sanmiguel	RC	1099 378315				X			X		7	5	19		X														X	11	SILVANIA	X				
6	Samanta Aguirre.	RC	1072 498208				X			X		14	10	21		X														X	11	SILVANIA	X				
7	Alan Guzman.	RC	1130 504480				X		X			27	4	21		X														X	11	SILVANIA	X				
8	Joan Arias.	RC	1083 932511				X		X			9	7	19		X														X	11	SILVANIA	X				
9	Samir Guzman	RC	1072 896468				X		X			28	3	16		X														X	11	SILVANIA	X				
10	David Romero	RC	1026 310129				X		X			7	11	21		X														X	11	SILVANIA	X				
11	Valeri Romero	RC	1074 534555				X			X		30	6	19		X														X	11	SILVANIA	X				
12	Isabela Saavedra	RC	1072 447372				X			X		9	1	12		X														X	11	SILVANIA	X				
13	Eilin Hernandez.	RC	1072 752967				X		X			24	8	18		X														X	11	SILVANIA	X				
14	Franyelis Rodriguez.	RC	7632604				X			X		19	2	16		X														X	11	SILVANIA	X				
15	Salome Gomez.	RC	1070 333439.				X			X		7	10	19		X														X	11	SILVANIA	X				

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad
HOSPITAL ISMAEL SILVA
E.S.E. Silvania - Cundinamarca

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTION DE LA SALUD PUBLICA

Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091
Versión: 02

CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA

Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividades Deportivas a los niños y niñas de las Instituciones
FECHA: 13 / Abril. / 2026.
LUGAR: Noruega Baja.
HORA INICIO: 11:00 am
RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES
HORA DE FIN: 12:00
Tipo de identificacion: CC
Número: 3.171.137
CARGO: HABITOS SALUDABLES
Firma: martin.
Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable			ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2.Victima conflicto armado			SI	NO			R	U			
1	Jhon lopez	TI	1072 497039				X		X			7	9	16		X																X	Estudio	SILVANIA	X				
2	Juan David ortiz	TI	1072 494421				X		X			17	2	17		X																X	"	SILVANIA	X				
3	Sandra Jimenez	TI	1069 473799				X			X		2	10	14		X																X	"	SILVANIA	X				
4	Valentina Cano	TI	1069 473221				X			X		29	3	16		X																X	"	SILVANIA	X				
5	Sofia linares	TI	1073 711480				X			X		7	1	18		X																X	"	SILVANIA	X				
6	Katerine Bello	TI	1073 455621				X			X		4	9	16		X																X	"	SILVANIA	X				
7	Tatiana Leon	TI	1069 497280				X			X		26	8	19		X																X	"	SILVANIA	X				
8	Francisco Cortes	TI	1069 427763				X		X			4	2	16		X																X	"	SILVANIA	X				
9	Daniel Castro	TI	1074 497601				X		X			17	12	17		X																X	"	SILVANIA	X				
10	Ana Milena Diaz	TI	1069 797425				X			X		8	3	16		X																X	"	SILVANIA	X				
11	Fernando Quevedo	TI	1072 497764				X		X			23	7	18		X																X	"	SILVANIA	X				
12	Armando Jimenez	TI	1069 423664				X		X			11	10	16		X																X	"	SILVANIA	X				
13	Erica leguizamon	TI	1073 497764				X			X		4	2	19		X																X	"	SILVANIA	X				
14	Andres Mendez	TI	1071 473731				X		X			9	8	16		X																X	"	SILVANIA	X				
15	Bertha Baquero	TI	1072 497102				X			X		10	6	19		X																X	"	SILVANIA	X				

Noruega Baja
3102263562
Bertha Baquero

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividades Deportivas a los niños y niñas de las Ins. — FECHA: 15/Abril./2026.

LUGAR: Escuela Noruega Alta. — HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD (nombres y apellidos): MARTIN MORALES — HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de Identificacion: CC — Número: 3.171.137 — CARGO: HABITOS SALUDABLES — Firma

Codigo - CUPS: 1401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado	SI	NO			R	U			
1	Damian Rodriguez	TI	1026 309693				X		X			10	4	21		X														X	Estudio	SILVANIA	X				
2	Esteban Castellanos	TI	1073 1332288.				X		X			7	5	20		X															11	SILVANIA	X				
3	Danna Ovalle	TI	1072 432873				X			X		26	9	19		X															11	SILVANIA	X				
4	Gerardo Hernandez	TI	1161 717284				X		X			1	7	17		X															11	SILVANIA	X				
5	Dilan Mora	TI	73132055				X		X			4	8	17		X															11	SILVANIA	X				
6	Brahiman Rodriguez	TI	1210 2014386				X		X			12	10	15		X															11	SILVANIA	X				
7	Karen Guayacan	TI	1073 131962				X		X			25	10	15		X															11	SILVANIA	X				
8	Nicoll Rey	TI	1073 131793				X			X		8	9	15		X															11	SILVANIA	X				
9	Leidy Castellanos	TI	1073 131885				X			X		12	4	16		X															11	SILVANIA	X				
10																																SILVANIA					
11																																SILVANIA					
12																																SILVANIA					
13																																SILVANIA					
14																																SILVANIA					
15																																SILVANIA					

Escuela Noruega Alta. 3017520458 Hilda Vasquez Docente

Powered by CamScanner

HOSPITAL ISMAEL SILVA	ALCALDIA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR.091 Versión:02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación:28/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividades deportivas a los niños y niñas de las instituciones E. | FECHA: 27/Abril/2026.

LUGAR: Vereda Bajo | HORA INICIO: 11:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES | HORA DE FIN: 12:00 m

Tipo de identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin

Codigo - CUPS: 1140

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado	SI	NO			R	U			
1	Valentina Tribiño	TI	1053 714412				X			X		4	7	13	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
2	Brainer Calle.	TI	1058 807559				X		X			29	7	17	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
3	Starth Rueda.	RC	1059 429738				X			X		8	12	20	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
4	Hamilton castillo	TI	1057 429901				X		X			4	11	19	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
5	Cristian Rondon	TI	1059 749201				X		X			3	1	17	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
6	Victoria Sierra	TI	1004 648714				X		·	X		7	1	18	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
7	Tatiana. Dilan	TI	1069 811759				X			X		22	4	16	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
8	Juan Silva.	TI	1037 877229				X		X	·		16	9	15	X															X	Estudio	SILVANIA	X				
9	Carolai Estrella	TI	1069 499028				X			X		3	3	19																X	Estudio	SILVANIA	X				
10																																SILVANIA					
11																																SILVANIA					
12																																SILVANIA					
13																																SILVANIA					
14																																SILVANIA					
15																																SILVANIA					

Bajo
Vereda
3204270082
Suarez
Tania

Powered by CamScanner

HOSPITAL ISMAEL SILVA — ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-045 Versión: 02
	CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 28/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividades Deportivas a los niños y niñas de las Instituciones.

FECHA: 24 / Abril / 2026.

LUGAR: Victoria Baja.

HORA INICIO: 8:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 9:00 am

Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin

Codigo - CUPS: 1101

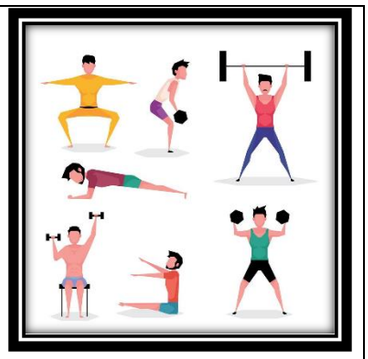
No.	NOMBRE Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblaciones Vulnerables		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELEFONO	FIRMA
		Tipo	No	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1 Migrante 2 Victima conflicto armado		SI	NO			U	R			
1	Salome Gomez	RC	1070 333439				X			X		7	10	19		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
2	Franyelis Rodriguez	RC	7632404				X			X		19	2	16		X															X	Estudio.	SILVANIA	X				
3	Gilin Hernandez	RC	1072 752967				X		X			24	8	18		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
4	Isabela Saavedra	RC	1072 497372				X			X		9	1	12		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
5	Valeri Romero	RC	1074 534555				X			X		30	6	19		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
6	David Romero.	RC	1026 310129				X		X			7	11	21		X															X	Estudia	SILVANIA	X				
7	Samir Cerman	RC	1072 896468				X		X			28	3	16		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
8	Joan Arias	RC	1083 932 511				X		X			9	7	19		X															X	Estudio.	SILVANIA	V				
9	Alan Cuzman	RC	1130 564480				X		X			27	4	21		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
10	Samantha Aguirre	RC	1072 498228				X			X		14	10	21		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
11	Sofia Sanmiguel	RC	1099 378315				X			X		7	5	19		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
12	Diego Garcia.	TI	1068 976843				X		X			3	11	16		X															V	Estudio	SILVANIA	X				
13	Sebastian lombana	TI	1073 070807				X		X			12	9	16		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
14	Darwin Manchda	RC	1116 475846				X		X			13	2	21		X															X	Estudio	SILVANIA	X				
15	Santiago Castañeda	RC	1206 223445				X		X			9	3	18		X															X	Estudio	SILVANIA	X				

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 7		**Fecha de realización:** 06 de abril de 2026	**Hora:** 2:00 pm-3:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Realizar talleres educativos para el fomento de estilos de vida saludables y cultura de autocuidado para una vida sana a través de la actividad física a la comunidad en general, (participantes mínimos 20).			
Grupo beneficiario: Toda la comunidad			**Etapa de ciclo**: adultez
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Hospital Ismael silva		A demanda	15
Objetivo General	Realizar talleres educativos para tener una vida saludable y autocuidado en la comunidad		
Objetivos Específicos	Educar en la importancia del autocuidado para una vida saludable.		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza taller educativo para fomentar estilos de vida saludable y autocuidado para una vida sana y a través de la actividad física en la comunidad en general. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales el día 06 de abril donde inicia la actividad educanda: **ESTILO DE VIDA SALUDABLE** Un estilo de vida saludable es un conjunto de hábitos que contribuyen a mantener el cuerpo y la mente en buen estado. Esto se logra a través de una alimentación equilibrada, ejercicio regular, descanso adecuado y manejo del estrés. **1. Alimentación** • Comer frutas, verduras, cereales y otros alimentos de baja densidad energética • Reducir el consumo de grasas saturadas, azúcar y sal • Evitar el consumo excesivo de alcohol y tabaco 		

2. Ejercicio

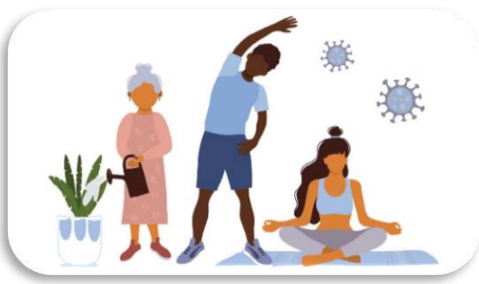


- Practicar actividad física de manera regular
- Fortalecer los huesos, el corazón y los pulmones
- Tonificar los músculos
- Mejorar la vitalidad



Descanso Dormir lo suficiente y de calidad, Mantener un horario de sueño regular.

Manejo del estrés Cuidar la salud mental, Practicar meditación o atención plena, Realizar actividades que generen felicidad.

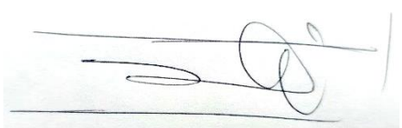


Otros hábitos

- Mantener una higiene personal adecuada
- Controlar el peso
- Tomar los medicamentos recomendados por un médico
- Cuidar los dientes
- Mantener una saludable presión arterial
- Seguir las normas de seguridad



	El Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia señala que los estilos de vida saludables ayudan a prevenir enfermedades crónicas como la hipertensión arterial, diabetes u obesidad  Terminando la educación brindada se realiza unos ejercicios dirigidos por el técnico de hábitos saludables a la población objeto. y No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades para la población y evitar el sedentarismo y culturizar para hábitos de vida saludable	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E.	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Realizar Talleres Educativos para el Fomento de Estilos de Vida Saludable. FECHA: 6/ Abril./2026.

LUGAR: Hospital Ismael Silva. 4 Piso. HORA INICIO: 2:00 pm

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES HORA DE FIN: 3:00 pm

Tipo de Identificacion: CC Número: 3.171.137 CARGO: HABITOS SALUDABLES Firma: martin.

Codigo - CUPS: 11401.

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD			GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado	SI	NO			R	U			
1	Graciela Parada	cc	24177437.	X						X		14	11	66	X															X	casa.	SILVANIA		X	centro	3227671?	
2	marco Aurelio Rodrigue	cc	396046.	X					X			8	1	61	X															X	casa	SILVANIA		X	Kenedy	3208708315	
3	Gladys Rodrigue	cc	20613553	X						X		15	7	50	X															X	casa	SILVANIA		X	Puente	3216047990	
4	Alcides Mojica.	cc	19702770	X					X			13	1	50	X															X	casa	SILVANIA		X	Progreso	3173589655	
5	Aurora Torres	cc	20816402	X						X		25	5	54	X															X	Casa	SILVANIA		X	Pinares	3123792	
6	Pedro Cuaquen	cc	7212133	X					X			29	6	76	X															X	casa	SILVANIA		X	Alto Virgen	NO 3 Tiene	
7	Mary Castillo	cc	51645625	X						X		8	6	58	X															X	Casa.	SILVANIA		X	Centro	3131192	
8	Ricardo Manrique	cc	19212617	X					X			16	8	54	X															X	casa	SILVANIA		X	Andes	NO Tiene	
9	Flor Maria Mej	cc	1148509?0	X						X		8	8	50	X															X	casa	SILVANIA		X	Molino Rojo	3017	
10	Flor Nelly Moreno	cc	24123374	X						X		1	1	55	X															X	casa	SILVANIA		X	Centro	3147305	
11	Nubia Castañeda	cc	23621908	X						X		2	8	68	X															X	casa	SILVANIA		X	Kenedy	3024086520	
12	Alcira Rodriguez	cc	20904513	X						X		9	8	62	X															X	casa	SILVANIA		X	Pinares	3202922	
13	Martin Monroy	cc	11386972	X					X			3	12	43	X															X	casa	SILVANIA		X	centro	No tiene.	
14	Gustavo Arainegas	cc	19116669	X					X			12	9	50	X															X	casa	SILVANIA		X	Andes	3114944	
15	Juan Pablo Ruiz	cc	20944021	X					X			7	4	91	X															X	casa	SILVANIA		X	Pinares	3314	

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 8		**Fecha de realización:** 24 de abril de 2026	**Hora:** 6:00 am-7:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Implementación de talleres participativos con líderes comunitarios y trabajadores de las empresas municipales para fomentar hábitos saludables a través de actividad física, con el fin de fomentar ambientes de trabajo sanos y saludables, (participantes mínimos 15).			
Grupo beneficiario: Toda la comunidad			**Etapa de ciclo**: adultez
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Empresa ladrillera		A demanda	15
Objetivo General	Realizar talleres educativos para tener una vida saludable y autocuidado en la comunidad		
Objetivos Específicos	Fomentar ambientes de trabajos sanos y saludables		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza taller educativo para fomentar ambientes de trabajo sano y saludables mediante talleres y prácticas de actividad física. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales el día 24 de abril donde inicia la actividad educanda: **LA ACTIVIDAD FÍSICA**: es un hábito fundamental para llevar una vida saludable. Se recomienda practicarla a diario, desde la infancia, y se puede iniciar de forma gradual. **Beneficios de la actividad física** • Reduce el riesgo de enfermedades como la hipertensión, la diabetes, el cáncer de mama y colon, y la depresión • Favorece el crecimiento y desarrollo saludable • Fomenta las habilidades psicomotrices • Desarrolla una actitud positiva, mayor seguridad y confianza 		

Consejos para fomentar hábitos saludables

- Elegir una actividad que le guste
- Hacer ejercicio con un amigo o familiar
- Variar la rutina de ejercicios
- Elegir un momento del día que le sea cómodo
- No desanimarse
- Hacer ejercicio de manera divertida
- Seguir un registro de las actividades que se realizan diariamente
- Involucrar a otros miembros de la familia o amigos
- Evaluar las dificultades que se presenten y buscar soluciones para superarlas

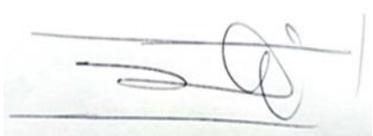


Actividades físicas comunes Caminar, Montar en bicicleta, Pedalear, Practicar deportes, Participar en juegos y actividades recreativas.



PARA FOMENTAR AMBIENTES DE TRABAJO SALUDABLES: puedes promover el respeto, el equilibrio entre la vida personal y laboral, y la comunicación abierta. También puedes organizar actividades para el bienestar físico y mental, y ofrecer oportunidades de crecimiento y capacitación.

	Promover la comunicación abierta • Escucha de forma activa • Acepta la retroalimentación de los empleados • Toma medidas concretas para abordar cualquier inquietud o sugerencia  Terminando la educación brindada se realiza la actividad física donde se le informa a la comunidad que se pueden realizar todos los días antes de empezar a laborar con un poco de música calentando y realizando los estiramientos pertinentes como la rutina que se les brindo el día de hoy. No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades para la población para tener un buen entorno sanos y saludables	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	X



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





Construyendo atención con calidad
HOSPITAL ISMAEL SILVA
E.S.E. Subregión Centro Occidente

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTION DE LA SALUD PUBLICA

CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA

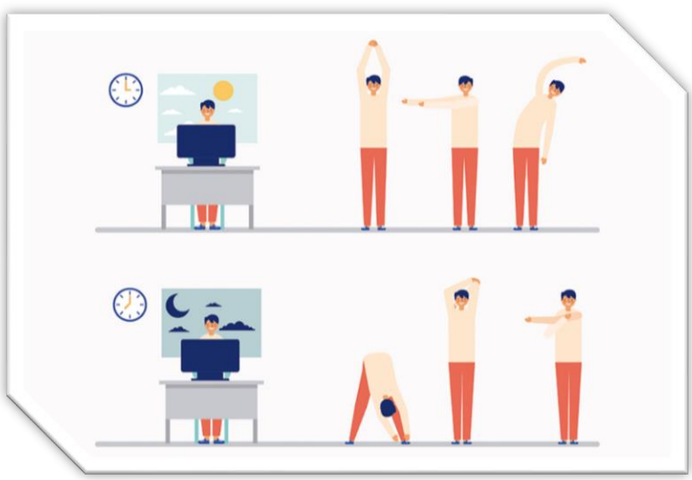
Código: [illegible]
Versión: 02
Fecha de Aprobación: 28/Agosto/2022

TEMA: implementacion de talleres participativos Empresas municipal
FECHA: 24 / Abril / 2026.
LUGAR: Subia. la Fabrillera.
HORA INICIO: 6:00 am
RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES
HORA DE FIN: 7:00 am
Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma
Codigo - CUPS: 99402

No	NOMBRE Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblaciones Vulnerables	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCION	TELEFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	La mujeres gestantes y niños menores de cinco años	SI	NO			U	R			
1	Nidian Paez-	CC	1077970734			X				X		7	03	91	X															X	operario	SILVANIA	X		Subia Alta	3212463997	
2	Hupa Gonzalez.	CC	1073559767			X				X		28	11	00	X															X	operario	SILVANIA	X		Subia	3195364[illegible]	
3	Ximena Pedra	CC	1007466[illegible]			X				X		3	07	00	X															X	Administ.	SILVANIA	X		Subia L.	3132582[illegible]	
4	Juan Gonzalez-	CC	1004785463			X			X			21	04	91	X															X	operario	SILVANIA	X		Subia Fabrica	3213[illegible]	
5	Suarez Alexander	C	81742108			X			X	-		7	6	[illegible]	X															X	operario	SILVANIA	X		subia C.	3[illegible]	
6	Hernan Romero	C	1069 741 1041			X			X			10	9	92	X															X	operario	SILVANIA	X		subia centro	3[illegible]	
7	Yarrasdin leon	CC	1074785349			X				X		1	11	91	X															X	administ	SILVANIA	X		subia centro	3136[illegible]	
8	Guillermo Osorio	CC	1076132121			X				X		4	8	94	X															X	operario	SILVANIA	X		Subia	3174596162	
9	Leimer Rodriguez.	CC	1072485603			X				X		24	09	93	X															X	conductor	SILVANIA	X		Bascula	3001[illegible]	
10	Jhoel Orlando Ramirez	CC	349196			X				X		13	12	71	X															X	conductor	SILVANIA	X		Subia centro	3203[illegible]	
11	Sebastian Zamudio	CC	1073986084			X				X		02	2	05	X															X	operario	SILVANIA	X		Subia D	3176[illegible]	
12	Jaime Cuao	CC	321158			X				X		25	11	55	X															X	operario	SILVANIA	X		Subia Jabi	3138[illegible]	
13	Hector Julio Bayuelo	CC	3170944			X				X		22	05	66	X															X	Conductor	SILVANIA	X		Subia Centro	3125[illegible]	
14	Segundo Tobias Cipagauta	CC	9264545			X				X		28	09	61	X															X	operador	SILVANIA	X		Subia Lodillal	3107[illegible]	
15	Fabian Cepeda	CC	1069741641			X				X		14	12	93	X															X	conductor	SILVANIA	X		Subia L	3223[illegible]	

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 9		**Fecha de realización:** 09 y 17 de abril de 2026	**Hora:** 8:00 am-3:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Realizar pausas activas orientadas a trabajadores del municipio con el fin de activar la respiración, la circulación sanguínea y la energía corporal, a través de ejercicios que compensen las tareas desempeñadas, revirtiendo de esta manera la fatiga muscular y el cansancio generado por el trabajo, (participantes mínimos 15).			
Grupo beneficiario: Toda la comunidad			**Etapa de ciclo**: adultez
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Empusilvania 9 de abril 2-3 pm y Transito 17 de abril 8:10 am		A demanda	60
Objetivo General	Realizar pausas activas orientadas a activar la respiración y circulación sanguínea de la comunidad		
Objetivos Específicos	Fomentar ejercicios en el trabajo para revertir en cansancio y fatiga muscular		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material**:
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza pausas activas en las diferentes empresas para evitar en sedentarismo y activar la respiración y la circulación sanguínea y la energía corporal a través de los ejercicios y tareas desempeñadas y revertir de esta manera la fatiga y cansancio muscular. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales los días 09 y 17 de abril donde inicia la actividad educanda: **QUE SON PAUSAS ACTIVAS:** Las pausas activas son descansos breves durante la jornada laboral en los que se realizan ejercicios físicos. Su objetivo es mejorar la circulación, reducir el estrés, y prevenir lesiones y enfermedades. 		

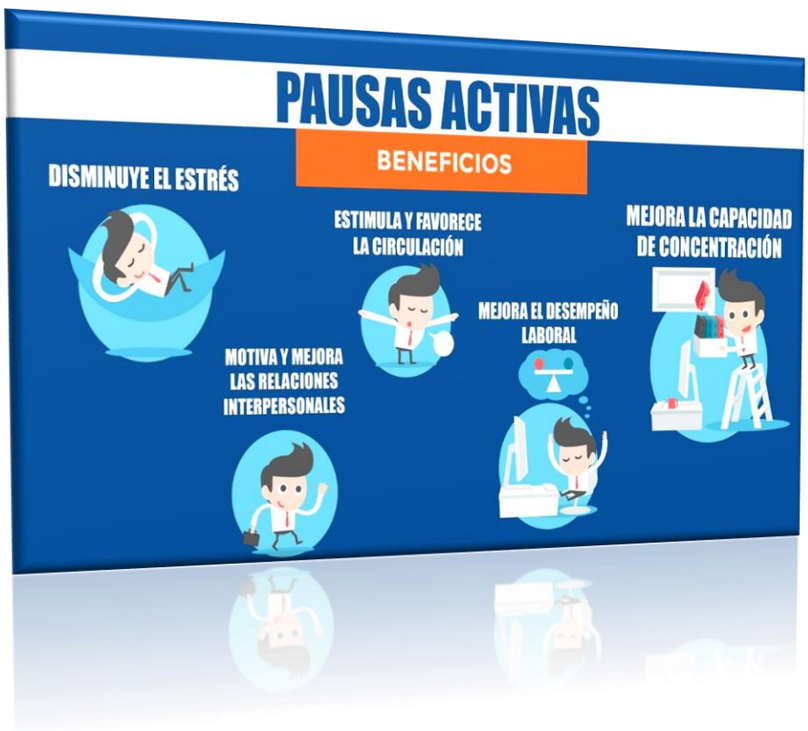
¿CUÁLES SON 4 TIPOS DE PAUSAS ACTIVAS?

Algunos ejemplos de pausas activas que se pueden realizar en el trabajo son:

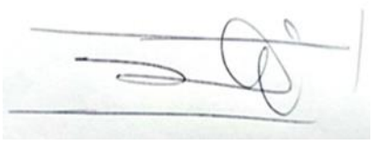
- Estiramientos de cuello, hombros, brazos y otros grandes grupos musculares.
- Caminata corta.
- Ejercicios de respiración.
- Ejercicios de disciplinar como el yoga o pilates.



BENEFICIOS:



	Terminando la educación brindada se realiza unas pausas activas donde se les enseña que se deben realizar todos los días 15 minutos en la mañana y 15 minutos en la tarde para revertir en cansancio muscular en horas laborales. No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades a los colaboradores de las empresas del municipio.	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





HOSPITAL ISMAEL SILVA — ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código M.PDS.GSP.GPSP.FR.091 Versión: 02
	CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar pausas activas orientadas a trabajadores del municipio. FECHA: 09/Abril/2026.

LUGAR: Empresarial HORA INICIO: 2:00 PM

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES HORA DE FIN: 3:00 pm

Tipo de identificacion: CC Número: 3.171.137 CARGO: HABITOS SALUDABLES Firma

Codigo - CUPS: 111112

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELEFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Mujeres Gestantes 2. Niños menores de 5 años	SI	NO			U	R			
1	Yuli Tibaquizo	cc	20926820					X		X		14	03	69	X															X	Administra.	SILVANIA		X	centro	3133246421	
2	Yanito Beltran	cc	317672					X	X			19	11	81	X															X	Admint.	SILVANIA		X	Andes	3153308774	
3	Fausto Cabrativo	cc	1138894					X	X			19	7	1	X															X	operario	SILVANIA		X	molino Rojo	3163309836	
4	Mario Galindo		1123940					X	X			19	8	3	X															X	operario.	SILVANIA		X	centro		
5	Sonia Arévalo	C.	52767985					X		X		5	04	76	X															X	Adm.	SILVANIA		X	Alto Virgen	3203134262	
6	Camilo Gonzalez	C	3171641					X	X			22	03	80	X															X	Admin.	SILVANIA		X	Puerto	350 [illegible]	
7	Andrea Pardo Gomez	cc	1068925555					X		X		20	04	88	X															X	Administ.	SILVANIA		X	Kenedy	3108661134	
8	Vanessa Rojas V	cc.	1032492823					X		X		25	08	87	X															X	Administ	SILVANIA		X	Cle 10#7-02	3003475400	
9	Estefania Castro		1.074492.536					X	X	.		08	01	87	X															X	operario.	SILVANIA		X	centro	3142[illegible]	
10	Nicol Mendez B	cc	1016085338					X		X		20	04	96	X															X	Admin.	SILVANIA		X	centro	3233679652	
11	Carlos Castiblanco	cc	82393086					X	X			27	05	78	X															X	operan.	SILVANIA		X	Andes	3106468390	
12	Efren Romero	cc	11388,134					X	X			30	01	69	X															X	opera	SILVANIA		X	Alto Virgen	3007979869	
13	Brigida Bernal	cc	24163317					X		X		05	03	74	X															X	opera.	SILVANIA		X	Pinares	321 80 06 x	
14	Prospero Garcia		74856020					X	X			15	11	75	X															X	opera.	SILVANIA		X	Pueblo	321 [illegible]	
15	Natalia Pinzon	CC	1003652516					X		X		18	02	03	X															X	Adm.	SILVANIA		X	centro.	3023218811	Natalia Pinzon

Powered by CamScanner

HOSPITAL ISMAEL SILVA	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código M PDS GSP GPSP FR 041 Versión 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación 28/Agosto/2022

TEMA: Realizar Pausas activas orientadas a trabajadores del municipio carel. FECHA: 17/Abril/2026

LUGAR: Secretaria de transito HORA INICIO: 8:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de identificacion: CC Número: 3.171.137 CARGO: HABITOS SALUDABLES Firma

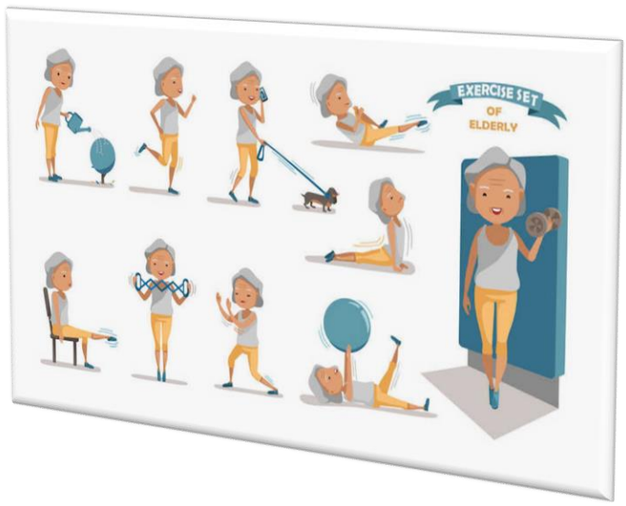
Codigo - CUPS: 11412

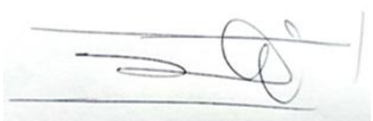
No.	NOMBRE Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblaciones Vulnerables		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACIÓN U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o sustitución	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	L Maguista 2 Victima Conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Diana Simbaqueba	CC	1007217994					X		X		15	9	97	X															X	Transito	SILVANIA		X	centro	3547829562	
2	Daira Arandia	CC	52600126					X		X		13	2	71	X															X	Transito	SILVANIA		X	Xeneda	3104578288	
3	Diego Romero	CC	1072693986					X	X			30	9	97	X															X	Transito	SILVANIA		X	Puentes	3192335	
4	Paola chaves	CC	1069751735					X		X		21	4	95	X															X	Transito	SILVANIA		X	Puentes	3192582	
5	Arminda Lara	CC	20849680					X		X		19	1	51	X															X	Transito	SILVANIA		X	Pirgua		
6	[illegible]	CC	1002411056					X		X		3	4	98	X															X	Transito	SILVANIA		X	Alto virgen	3045357413	
7	[illegible]	X	35619.672					X		X		03	10	07	X															X	Transito	SILVANIA		X	molino Rojo	3143577726	
8	Brad Nino	CC	1003519913					X	X			04	03	05	X															X	Transito	SILVANIA		X	centro	3001348365	
9	Nicolas Salazar	CC	1007551331					X	X			11	05	04	X															X	Transito	SILVANIA		X	Andes	3102858372	
10	[illegible]	CC	52352536					X		X		22	1	79	X															X	Transito	SILVANIA		X	Xeneda	3507700187	
11	Katherine Romero	CC	1073131468					X		X		19	03	95	X															X	Transito	SILVANIA		X	centro	3507412	
12	Ramiro Mejia	CC	1047426534					XX				04	10	90	X															X	Transito	SILVANIA		X	Pirgua	3553421560	
13	Ana Maria Baniga	CC	1072493510					X		X		20	12	88	X															X	Transito	SILVANIA		X	Progreso	3214422062	
14	Ana Isabel Niño	CC	51744039					X		X		03	12	63	X															X	Transito	SILVANIA		X	centro	3557267241	
15	Maryela cortes	CC	1007776411					X		X		21	7	81	X															X	Transito.	SILVANIA		X	Andes	3114226199	

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 11		**Fecha de realización:** 07-14-21- y 28 de abril de 2026	**Hora:** 9:00 am-10:00 am
Tema tratado y/o Actividad: Realizar actividad física a la población adulto mayor en un tiempo de 30 minutos a través del ejercicio con intensidad moderada 1 día a la semana en los centros día y centros de protección, (participantes mínimos 15).			
Grupo beneficiario: adulto mayor			**Etapa de ciclo:** vejez
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Centro día		A demanda	60
Objetivo General	Realizar actividad física moderada a la población adulto mayor en un tiempo de 30 minutos.		
Objetivos Específicos	Educar sobre la importancia de realizar actividad física moderada por 30 minutos diarios.		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza actividad física durante 30 minutos al adulto mayor moderada 1 día a la semana en el centro día. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales los días 07-14-21- y 28 de abril donde inicia: La actividad física moderada para adultos mayores puede incluir caminar, andar en bicicleta, nadar, bailar, y ejercicios de fuerza. **Tipos de actividad física** • **Aeróbica**: Aumenta la frecuencia cardíaca y la respiración, como caminar rápido, correr, nadar, andar en bicicleta • **De fuerza**: Fortalece los músculos, como levantar pesas o usar bandas elásticas • **De equilibrio**: Ayuda a prevenir caídas, como actividades que se deben iniciar poco a poco y tener una dificultad progresiva • **De flexibilidad**: Estira los músculos y puede ayudar a que el cuerpo permanezca relajado 		

	Recomendaciones • Practicar actividad física regularmente, distribuyéndola a lo largo de la semana • Adaptar la actividad física a tu estado de salud y capacidades • Realizar descansos activos con sesiones cortas de estiramientos o dando un breve paseo durante periodos sedentarios prolongados • Cambiar el transporte motorizado por transporte activo, como andar o ir en bicicleta  Terminando la educación brindada se realiza la actividad física moderada al adulto mayor con unos estiramientos de todas las extremidades. No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar más actividades físicas a nuestros adultos mayores del municipio	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS







Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica a la población Adulto mayor. FECHA: 7/Abril/2026

LUGAR: Adulto mayor. HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de identificacion: CC Número: 3.171.137 CARGO: HABITOS SALUDABLES Firma martin

Codigo - CUPS: 1140

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otros Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Fisica	Cognitivo	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Carlos Perez.	cc	17165100		✓				X			2	7	46		X															X	Adulto mayor	SILVANIA		X			
2	German Gonzalez	cc	91150225		X				X			4	8	54		✓															X	11	SILVANIA		X			
3	mario Restrepo	cc	1021 8356.		X				X			27	9	50		X															X	11	SILVANIA		X		2	
4	Rita Monsalve	cc	23419960		X					✓		22	8	51		X															X	11	SILVANIA		X		4	
5	Luis Torres	cc	3557591		X				X			13	3	59		✓															X	11	SILVANIA		X		5	
6	Nubia Castañeda	cc	23621988		X					X		2	8	68		X															X	11	SILVANIA		X		9	
7	Ricardo Mariño	cc	19212617		X				X			16	8	54		X															X	11	SILVANIA		X		4	
8	Mary Castillo	cc	51645 68		X					X		8	8	53		X															X	11	SILVANIA		X		7	
9	marcos Cruz.	cc	3857746		X				X			7	11	44		X															X	11	SILVANIA		X		3	
10	Alcira Rodriguez	cc	20964318		X					X		9	8	62		X															X	11	SILVANIA		X		2	
11	Anaid Rios	cc	2056795		X					X		11	6	42		X															X	11	SILVANIA		X		0	
12	Graciela Rueda	cc	24177932		X					X		14	11	46		X															X	11	SILVANIA		X		1	
13	Gloria lopez	cc	20926681		X					✓		19	12	65		X															X	11	SILVANIA		X			
14	Gladys Rodriguez	cc	20103553		X					X		15	7	50		X															X	11	SILVANIA		X			
15	Magdaleno O.	cc	41558861		X					✓		20	2	51		X															X	11	SILVANIA		X			

Centro Dia Adulto mayor Sala 5 y 6

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02 Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica a la poblacion adulto Mayor. FECHA: 14 /Abril /2026.

LUGAR: Adulto mayor. HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de Identificacion: CC Número: 3.171.137 CARGO: HABITOS SALUDABLES Firma martin

Codigo - CUPS: 11491

No.	NOMBRE Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable			ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2.Victima conflicto armado			SI	NO			R	U			
1	Magdalena O.	CC	41558888		X					X		20	2	51		X															X	Centro Dia	SILVANIA		X			
2	Gladys Rodriguez	CC	20613553 15		X					X		15	7	50		X															X		SILVANIA		X			
3	Gloria Lopez	CC	52042668		X					X		18	12	55		X															X		SILVANIA		X			
4	Graciela Parada	CC	24177939		X					X		14	11	46.		X															X		SILVANIA		X			
5	Anais Nieto	CC	20569915		X					X		11	6	42		X															X		SILVANIA		X			
6	Alcira Rodriguez	CC	20904518		X					X		9	8	52		X															X		SILVANIA		X			
7	Marcos Cruz	CC	385946		X				X			7	11	44		X															X		SILVANIA		X			
8	Mary Castillo	CC	51645659		X					X		8	8	53		X															X		SILVANIA		X			
9	Ricardo Martinez	CC	7421264		X				X			16	8	54		X															X		SILVANIA		X			
10	Nubia Castañeda	CC	23621965		X					X		2	8	68		X															X		SILVANIA		X			
11	Luis Torres	CC	3857391		X				X			13	3	59		X															X		SILVANIA		X			
12	Rita Monsalve	CC	23481401		X					X		22	8	51		X															X		SILVANIA		X			
13	Mario Restrepo	CC	10218866		X				X			27	8	50		X															X		SILVANIA		X			
14	German Gonzalez	CC	91150025		X				X			4	8	54		X															X		SILVANIA		X			
15	Carlos Perez	CC	17165100		X				X			2	7	46		X															X		SILVANIA		X			

Powered by CamScanner

HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E.	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica a la poblacion Adulto Mayor. FECHA: 21/Abril./2026.

LUGAR: Centro Dia Adulto Mayor. HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de identificacion: CC Número: 3.171.137 CARGO: HABITOS SALUDABLES Firma MARTIN.

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Físico	Cognitivo	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Juan Ruiz.	cc	2094602		X				X			7	4	51		X														X		Adulto mayor	SILVANIA		X			
2	Gustavo Aranibg.	cc	19116669		X				X			12	9	50		X															X		SILVANIA		X			
3	Martin Monroy.	cc	11386972		X				X			3	12	43		X															X		SILVANIA		X			8
4	Alcira Rodriguez.	cc	20904518		X					X		9	8	62		X															X		SILVANIA		X			4
5	Nubia Castañeda.	cc	23621933		X					X		2	8	63		X															X		SILVANIA		X			4
6	Flor Moreno	cc	24233719		X					X		1	1	55		X															X		SILVANIA		X			5
7	Flor Melo	cc	41480990		X					X		8	8	56		X															X		SILVANIA		X			4
8	Ricardo Muriñez	cc	19212617		X				X			6	8	54		X															X		SILVANIA		X			4
9	Mary Castillo	cc	51645625		X					X		6	8	53		X															X		SILVANIA		X			2
10	Pedro Guaqueta.	cc	74212133		X				X			29	6	76		X															X		SILVANIA		X			0
11	Aurora Torres	cc	20816462		X					X		25	5	54		X															X		SILVANIA		X			7
12	Alcides Mojica	cc	19102170		X				X			13	1	50		X															X		SILVANIA		X			1
13	Gladys Rodrigue.	cc	26613553		X					X		15	7	50		X															X		SILVANIA		X			
14	Marcos Rodrigue.	cc	3856046		X				X			8	1	61		X															X		SILVANIA		X			
15	Graciela Poveda.	cc	24177937		X					X		14	11	46		X															X		SILVANIA		X			

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica a la poblacion Adulto Mayor.

FECHA: 28/Abril/2026.

LUGAR: centro dia adulto mayor.

HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin.

Codigo - CUPS: 1401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Graciela Parada	cc	24177937		X					X		14	11	46			X													X	centro Dia	SILVANIA		X				
2	Marco Rodriguez.	cc	386046		X				X			8	1	61			X													X	centro Dia	SILVANIA		X				
3	Gladys Rodriguez.	cc	20613553		X					X		15	7	50			X													X		SILVANIA		X				
4	Alcides Mojica.	cc	19102170		X				X			13	1	50			X													X		SILVANIA		X				
5	Aurora Torres.	cc	20816462		X					X		25	5	54			X													X		SILVANIA		X				
6	Pedro Guayacta.	cc	79212133		X				X			29	6	76			X													X		SILVANIA		X				
7	Mary Castillo	cc	51645625		X					X		6	8	53			X													X		SILVANIA		X				
8	Ricardo Mariñez.	cc	19212617		X				X			6	8	54			X													X		SILVANIA		X				
9	Flor Mariamelo.	cc	41480970		X					X		8	8	50			X													X		SILVANIA		X				
10	Flor Nelly Moreno	cc	24238719		X					X		1	1	55			X													X		SILVANIA		X				
11	Nubia Castañeda.	cc	23621988		X					X		2	8	68			X													X		SILVANIA		X				
12	Alcira Rodriguez.	cc	20904518		X					X		9	8	62			X													X		SILVANIA		X				
13	Martin Monroy.	cc	11336972		X				X			3	12	43			X													X		SILVANIA		X				
14	Gustavo Arciniegas	cc	19116669		X				X			12	9	50			X													X		SILVANIA		X				
15	Juan Pablo Ruiz.	cc	20944021		X				X			7	4	41			X													Y		SILVANIA		X				

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 12		**Fecha de realización:** 10 de abril de 2026	**Hora:** 11:00 am-12:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Caminata de baja intensidad: Selección del recorrido: Elige un recorrido plano y seguro, con una distancia adecuada para la edad y condición física de los niños (aproximadamente 1-2 km). 2. Equipamiento: Asegúrate de que los niños lleven: - Zapatos cómodos y adecuados para caminar. - Ropa cómoda y adecuada para el clima. - Una botella de agua. - Un snack saludable (opcional). Infancia niños y niñas de 6 a 11 años.			
Grupo beneficiario: niños y niñas			**Etapa de ciclo:** infancia
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Yayata		A demanda	15
Objetivo General	Realizar campañas para promover actividad física en la primera infancia		
Objetivos Específicos	Informar la importancia de la alimentación saludable		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**

Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad

En el mes de abril del presente año, se realiza actividad física modera o vigorosa durante 60 minutos en el casco urbano y rural. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales los días el día 10 de abril donde se inicia la actividad brindado información cual es el propósito de la actividad:

CAMINATA DE BAJA INTENSIDAD: SELECCIÓN DEL RECORRIDO: NIÑOS

Para una caminata de baja intensidad con niños, el recorrido debe ser corto, llano, seguro y lleno de elementos que mantengan su interés

. La clave está en la diversión, no en la distancia.

Consideraciones para seleccionar el recorrido



- **Longitud y duración:** La caminata no debe superar las 1.5 o 2 horas para evitar que los niños se aburran o se cansen. Un buen punto de partida es un sendero de hasta 8 kilómetros.
- **Terreno y dificultad:** Elige senderos planos, bien señalizados y sin grandes desniveles. Evita caminos muy remotos o con obstáculos difíciles.
- **Seguridad:** Asegúrate de que el camino sea seguro. Si es posible,

camina por aceras o sendas peatonales, lejos del tráfico. Si es un sendero en la naturaleza, verifica que no haya peligros evidentes.

- **Temática:** Para mantener la atención de los niños, un sendero puede tener un tema, como la búsqueda de animales, la identificación de plantas, la observación de aves o el seguimiento de un río.



- **Puntos de interés:** Elige rutas que tengan paradas interesantes a lo largo del camino, como un parque infantil, un río, un puente o un punto de observación con bonitas vistas.

Ideas de recorridos para niños

- **Parques naturales:** Muchos parques naturales tienen senderos circulares o lineales cortos diseñados para familias. Algunos incluso cuentan con estaciones interactivas o puntos de información sobre la flora y la fauna local.
- **Bosques con senderos señalizados:** Un bosque es un escenario perfecto para la imaginación infantil. Busca senderos que estén bien marcados para no perderse y que permitan a los niños explorar la naturaleza de manera segura.
- **Rutas circulares alrededor de un lago o río:** Ofrecen paisajes agradables y la oportunidad de ver animales acuáticos o detenerse a lanzar piedras planas al agua. Las rutas circulares son ideales para evitar la monotonía del camino de vuelta.



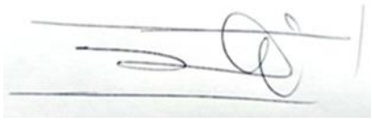
- **Paseos sensoriales:** Diseñados para que los niños usen todos sus sentidos para interactuar con el entorno. Pueden ser en un parque o jardín botánico, animando a los niños a tocar diferentes texturas, oler flores y escuchar los sonidos de la naturaleza.

Actividades para mantener el interés

- **Cuenten y busquen:** Pidan a los niños que busquen objetos específicos como hojas de ciertas formas, piedras interesantes o insectos.
- **Canten canciones:** Cantar canciones o contar cuentos sobre animales puede hacer que el tiempo de caminata pase más rápido.
- **Hagan pausas para jugar:** Hagan paradas de 15 a 20 minutos cada 45 minutos para descansar y jugar. Esto les da un respiro y la recarga de energía.
- **Jueguen a contar:** El reto de contar cosas, como pájaros o tipos de hojas, puede ser una gran motivación.

	Recomendaciones de seguridad • **Hidratación y alimentación:** Lleva suficiente agua y tentempiés para todos. Pídeles a los niños que lleven una pequeña mochila con su propia botella de agua y merienda, lo que los hará sentir más importantes. • **Calzado y vestimenta:** Asegúrate de que usen calzado cómodo y apropiado. Vístelos en capas para que puedan adaptarse a los cambios de temperatura. En verano, usa gorras y protector solar, y en invierno, guantes y gorros. • **Protección contra insectos:** Usa repelente de insectos para protegerlos de picaduras. • **Punto de encuentro:** Antes de salir, acuerden un punto de encuentro en caso de que alguien se separe. Enséñales a no alejarse de los adultos y a siempre tomar la mano en zonas concurridas  se realiza la actividad en el casco urbano y rural con la ayuda de la música para realizar los 60 minutos de actividad aeróbica en el casco urbano y rural. No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar actividades para fortalecer la actividad física en la comunidad del municipio.	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





Construyendo atención con calidad
HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTION DE LA SALUD PUBLICA

CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091
Versión: 02
Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Caminata de Baja Intensidad Seleccion del recorrido plano y seguro.
FECHA: 10/ Abril /2026.
LUGAR: Yayata.
HORA INICIO: 11:00 am
RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES
HORA DE FIN: 12:00 m
Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin.
Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2. Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Carolai Estrella	TI	1069 448028		X					X		3	3	19		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata Bajo.		
2	Juan Silva.	TI	1072 477229		X				X			16	9	15		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	80	
3	Tatiana Dilan	TI	1069 411789		X					X		22	4	16		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	0	
4	Victoria Sierra.	TI	1069 448714		X					X		7	1	18		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	0	
5	Cristian Rondon.	TI	1059 748701		X				X	.		4	11	19		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	0	
6	Hamilton Castillo	TI	1057428871		X				X			3	1	17		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	2	
7	Starth Ruada.	TI	1059 439738		X					X		8	12	20		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	3	
8	Brainer Calle	TI	1058 847859		X				X			29	7	17		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	0	
9	Valentina Tribiño	TI	1053714412		X					X		4	7	18		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	0	
10	Carlos A. lopez	TI	1054444428		X				X			17	11	98		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	0	
11	Paola Torres	TI	1042498411		X					X		19	2	16		X														X		Estudio	SILVANIA	X		Yayata	0	
12																																	SILVANIA					
13																																	SILVANIA					
14																																	SILVANIA					
15																																	SILVANIA					

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 13		**Fecha de realización:** 12 de abril de 2026	**Hora:** 8:00 am-12:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Apoyar las actividades de la administración municipal a través de talleres donde se fomente la actividad física y el ejercicio regular que incluirá diferentes disciplinas.			
Grupo beneficiario: toda la comunidad			**Etapa de ciclo:** todos los ciclos de vida
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Cancha municipal		A demanda	15
Objetivo General	Realizar campañas para promover actividad física en la todos los ciclos de vida		
Objetivos Específicos	Informar la importancia de la alimentación saludable		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**

Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad

En el mes de abril del presente año, se realiza apoyo en las diferentes actividades municipales a través de talleres que fomente la actividad física. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales los días 12 de abril, donde se inicia la actividad brindado información cual es el propósito de la actividad:

La actividad física regular, incluyendo deportes como el fútbol, el baloncesto, el voleibol, entre otros, tiene múltiples beneficios para la salud física y mental.

Aquí se detallan algunos de los beneficios asociados a la práctica de estos deportes:

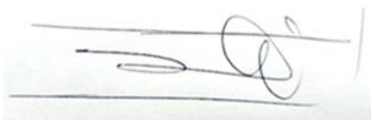
Beneficio	Descripción	Deportes aplicables (ejemplos)
Salud Física		
Salud Cardiovascular	Ayuda a prevenir y controlar enfermedades no transmisibles como el cardio vasculopatías.	Todos los mencionados
Control de Peso	Ayuda al organismo a utilizar las calorías de manera más eficiente, lo que contribuye a la pérdida y mantenimiento del peso.	Todos los mencionados
Fortaleza Muscular	Fortalece los músculos, ya sea de forma general o en grupos musculares específicos según el deporte.	Fútbol, baloncesto, voleibol, entre otros
Mejora la Agilidad	Los deportes variados, como el fútbol y el baloncesto, requieren cambios constantes en los patrones de movimiento que contribuyen a un	Fútbol, baloncesto

	mejor juego de pies y control del cuerpo.		
	Salud Mental		
	Reducción de Estrés y Ansiedad	Libera endorfinas, neurotransmisores que actúan como analgésicos naturales y mejoran el estado de ánimo, además de reducir el cortisol, la hormona del estrés.	Todos los mencionados
	Mejora el Estado de Ánimo	La actividad física libera hormonas como la serotonina y la oxitocina, que generan felicidad y placer.	Todos los mencionados
	Mejora del Sueño	Favorece un sueño de calidad, crucial para la salud cognitiva.	Todos los mencionados
	Habilidades Sociales	Los deportes de equipo, como el fútbol, baloncesto y voleibol, fomentan la interacción social, la amistad, la comunicación, la empatía y la resolución de conflictos.	Fútbol, baloncesto, voleibol

Es importante recordar que el entrenamiento debe comenzar de forma suave y controlada, ejecutando los ejercicios con una evolución gradual, sin forzar el organismo. Se recomienda adaptar el entrenamiento al nivel personal y disfrutarlo



	se realiza la actividad con la ayuda de la música para realizar los 60 minutos de actividad aeróbica. No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.	
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.	
Aportes y Sugerencias	Realizar actividades para fortalecer la actividad física en la comunidad del municipio.	
Material anexo	Presentación en Power Point	
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:



ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS





Construyendo atención con calidad
HOSPITAL ISMAEL SILVA
E.S.E. Silvania - Cundinamarca

ALCALDIA MUNICIPAL DE SILVANIA

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTION DE LA SALUD PUBLICA

CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA

Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091
Versión:02
Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Apoyar las actividades de la administracion municipal

FECHA: 12/Abril/2026.

LUGAR: cancha municipal

HORA INICIO: 8:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD (nombres y apellidos): MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 12:00 m

Tipo de identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin.

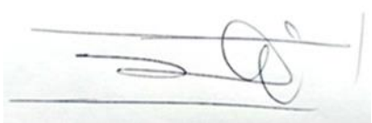
Codigo - CUPS: 99401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable			ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado			SI	NO			R	U			
1	Alina Rodriguez	cc	20901517					X		X		9	6	2		X																X	Casa.	SILVANIA		X	los Andes		
2	Flor Yolly Moreno	cc	24233745					X		X		01	01	85	X																	X	Indep.	SILVANIA		X	[illegible]	3164223	
3	Alba Vargas	cc	51617516					X		X		16	10	59	X																	X	casa.	SILVANIA		X	[illegible]	3102404392	
4	Gladys Rodriguez	cc	20613553					X		X		15	7	50	X																	X	casa.	SILVANIA		X	Mary Luz R.		
5	Damaris Mendez	cc	51625364					X		X		27	4	61	X																	X	Indep.	SILVANIA		X	Damaris Mendez	3115051011	
6	Blanca pedraza	cc	41499632					X		X		6	1	48	X																	X	Indep.	SILVANIA		X	[illegible]	41 [illegible]	
7	SONIA CORREA	CC	52.836.711					X		X		10	08	81		X																X	Indep.	SILVANIA		X	tenerife	3102025301	SONIA C.
8	Rosa Elvira Perez	cc	41649701					X		X		31	05	58	X																	X	casa.	SILVANIA		X	Centro	3214068	
9	Ricardo Muñoz	cc	19247614					X	X			08	08	58	X																	X	Indep	SILVANIA		X	[illegible]	3134192	
10	Mary Castillo	cc	51640625					X		X		03	08	54	X																	X	Casa.	SILVANIA		X	[illegible]	313019	
11	Jhon Dimate	cc	3171429					X	X			7	12	90	X																	X	Casa.	SILVANIA		X	Andes	3115322	Jhon
12	Sandra Marcos	cc	20499021					X		X		4	10	71		X																X	Casa.	SILVANIA		X	centro	3152555405	
13	Valentina Duarte	cc	20946021					X		X		17	8	00	X																	X	Indep.	SILVANIA		X	Puentes	3207 [illegible]	
14	Katerin Sierra	cc	1064 4977141					X		X		8	9	01		X																X	Estudio	SILVANIA		X	Centro	3207 [illegible]	
15	Kamila Torres	cc	20628009					X		X		11	3	04	X																	X	casa.	SILVANIA		X	Heredia	3207 [illegible]	

Powered by CamScanner

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 14		**Fecha de realización:** 01-30 de abril de 2026	**Hora:** 8:00 am-4:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Diseñar, socializar y difundir a través de los diferentes medios de comunicación y redes sociales infografías orientadas a la promoción e información en hábitos saludables.			
Grupo beneficiario: toda la comunidad			**Etapa de ciclo:** todos los ciclos de vida
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
		A demanda	
Objetivo General	Realizar campañas para promover actividad física en la todos los ciclos de vida		
Objetivos Específicos	Informar la importancia de la alimentación saludable		
Recursos Utilizados	Técnicos	Humanos: técnico hábitos saludables	Material: Afiche
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza la socialización y divulgación, Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin a través de los diferentes medios de comunicación y redes sociales sobre la promoción de hábitos saludables en el municipio:		
Hallazgos y Conclusiones	Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.		
Aportes y Sugerencias	Realizar actividades para fortalecer la actividad física en la comunidad del municipio.		
Material anexo	Presentación en Power Point		
	Registro Fotográfico		
	Convocatoria		
	Listado de Asistencia		
	Videos		
	Otros ¿cuál?		X



_____
José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

Municipio: Silvania			
Actividad: No 15		**Fecha de realización:** 01-30 de abril de 2026	**Hora:** 9:00 am-5:00 pm
Tema tratado y/o Actividad: Realizar actividad física moderada o vigorosa durante mínimo 60 minutos en dos o más sesiones, en su mayor parte aeróbica e intercalando actividades vigorosas con el fin de que las personas participantes alcancen niveles óptimos que aseguren el mantenimiento y la mejoría de su salud física y mental. Dos veces a la semana para la población en general en la zona urbana y rural del municipio (participantes mínimos 15).			
Grupo beneficiario: Toda la población			**Etapa de ciclo:** todo ciclo de vida
Lugar:		**Población programada:**	**Población cubierta:**
Casa de la mujer los días 02-09-16-23 de abril de 9-10 am y Azafranal los días 01-08-21-29 de 4-5 pm.		A demanda	120
Objetivo General	Realizar actividad física a través de sesiones en su mayor parte aeróbica durante 60 minutos		
Objetivos Específicos	Educar sobre la importancia de realizar actividad física través de caminatas		
Recursos Utilizados	**Técnicos**	**Humanos:** Técnico hábitos saludables	**Material:**
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	En el mes de abril del presente año, se realiza actividad física modera o vigorosa durante 60 minutos en el casco urbano y rural. Direccionada por la secretaria de Salud en conjunto con el Hospital Ismael Silva por parte del técnico de hábitos saludables Martin Morales los días 01-02-08-09-16-21-23 y 29 de abril donde se inicia la actividad brindado información cual es el propósito de la actividad: **EL BAILE:** El baile es una manera emocionante y social de hacer ejercicio. Desde el baile de salón hasta la salsa, bailar ejercita su corazón, ayuda a fortalecer huesos y músculos, y puede mejorar su equilibrio. Y dado que bailar es tan divertido, puede incluso olvidar que está haciendo ejercicio. **ACTIVIDAD AEROBICA:** La actividad física aeróbica es un tipo de ejercicio que utiliza los músculos grandes del cuerpo de forma rítmica y repetitiva. Esto aumenta la frecuencia cardíaca y la respiración, y hace que el corazón bombee sangre con más fuerza. **Beneficios físicos** • Fortalece el corazón y los pulmones • Mejora la resistencia, la flexibilidad y la elasticidad • Disminuye la cantidad de grasa		





<table>
<tr><td></td><td colspan="2">

- Fortalece las articulaciones
- Mejora la función pulmonar
- Aumenta la energía y el estado físico

Beneficios para la salud

- Reduce el riesgo de enfermedades comunes, como la diabetes, ciertos tipos de cáncer y enfermedades cardíacas
- Ayuda a controlar el exceso de peso
- Ayuda a controlar las enfermedades crónicas
- Mejora el estado de ánimo
- Ayuda a protegerse de las enfermedades virales
- Ayuda a mantener las arterias limpias

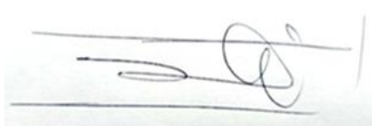


Ejemplos de actividades aeróbicas

- Caminar rápido
- Trabajar en jardinería
- Hacer tareas domésticas
- Bailar
- Nadar
- Andar en bicicleta
- Subir escaleras o colinas
- Jugar al pickleball



Terminando la educación brindada se realiza la actividad en el casco urbano y rural con la ayuda de la música para realizar los 60 minutos de actividad aeróbica en el casco urbano y rural. No siendo más, se firma lista de asistencia, evidencia fotográfica y se da por terminada la actividad.</td></tr>
<tr><td>Hallazgos y Conclusiones</td><td colspan="2">Se obtiene un excelente recibimiento por parte de la población objeto.</td></tr>
<tr><td>Aportes y Sugerencias</td><td colspan="2">Realizar actividades para fortalecer la actividad física en la comunidad del municipio.</td></tr>
<tr><td rowspan="6">Material anexo</td><td>Presentación en Power Point</td><td></td></tr>
<tr><td>Registro Fotográfico</td><td>X</td></tr>
<tr><td>Convocatoria</td><td></td></tr>
<tr><td>Listado de Asistencia</td><td>X</td></tr>
<tr><td>Videos</td><td></td></tr>
<tr><td>Otros ¿cuál?</td><td></td></tr>
</table>



_____

José Martin Morales
Técnico Hábitos Saludables
Hospital Ismael Silva
Silvania-Cundinamarca

ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS

EVIDENCIA FOTOGRAFICA:





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS





ACTA
INFORME DE LA ACTIVIDAD
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS





Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Física moderada a vigorosa durante.

FECHA: 1 / Abril / 2026

LUGAR: Azafranal.

HORA INICIO: 4:00 pm

RESPONSABLE ACTIVIDAD (nombres y apellidos): MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 5:00 pm

Tipo de identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin

Codigo - CUPS: 93401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD			GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD					Otros Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2. Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Silvio Rodriguez	cc	20926835		X					X		7	7	65		X															X	casa.	SILVANIA	√		Azafranal	3205916552	Silvio RC
2	Edna R Prieto	cc	20926948		X					X		19	10	88		X															X	casa.	SILVANIA	X		Azafranal	3204138125	Edna Prieto
3	laura Cepeda.	cc	1013 550390		X					X		18	7	88		X															X	indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3134079171	Laura C
4	[illegible]	cc	14323429		X				X	X		17	10	74		X															X	casa.	SILVANIA	X		Azafranal	3108471916	[illegible]
5	Jorge Cortes	cc	3818228		X							9	4	76		√															√	casa.	SILVANIA	√		Azafranal	313 3200374	[illegible]
6	Jose [illegible]	cc	80856721		X				X			29	10	84		X															X	indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3207614440	[illegible]
7	Johan Bedoya Garcia	cc	1004 904 71		X				X			13	08	12		X															√	casa.	SILVANIA	X		Azafranal	3126[illegible]	[illegible]
8	Alcira Clavijo	cc	41509210		X					X		2	2	50		X															X	casa.	SILVANIA	X		Azafranal	3204[illegible]	Alcira C
9	Maden Carrillo	cc	51912334		X					X		26	4	67		X															X	casa.	SILVANIA	X		Azafranal	3107212994	Maden
10	Juan Garzon	cc	5171725		X				X			1	7	79		X															√	lnde.	SILVANIA	X		Azafranal	3114741129	Juan.
11	Sandra Torres	cc	20427499		X					X		19	2	62		X															X	casa	SILVANIA	X		Azafranal	3204[illegible]	[illegible]
12	lucila Prieto	cc	20427541		√					X		1	3	91		X															X	casa	SILVANIA	X		Azafranal	3107210940	[illegible]
13	Yira. Cruzman	cc	41711705		X					X		13	2	91		X															X	casa	SILVANIA	X		Azafranal	3157[illegible]	[illegible]
14	Marina Gonzalez	cc	20421411		X					X		8	10	88		X															X	casa	SILVANIA	X		Azafranal	3137[illegible]	Marina
15	Sara Prieto	cc	20744[illegible]		X					X		19	2	91		X															X	casa	SILVANIA	X		Azafranal	3204[illegible]	[illegible]

Powered by CamScanner

HOSPITAL ISMAEL SILVA — ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTION DE LA SALUD PUBLICA

CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA

Código M PDS GSP GPSP PR 001
Versión 02
Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica moderada o vigorosa durante.

FECHA: 2/Abril./2026.

LUGAR: CRA 7 # 19 Mayor

HORA INICIO: 9:00 AM

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 10:00 AM

Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: MARTIN

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN Tipo	IDENTIFICACIÓN No	ENTORNO HOGAR	ENTORNO COMUNITARIO	ENTORNO LABORAL	ENTORNO EDUCATIVO	ENTORNO INSTITUCIONAL	GENERO M	GENERO F	GENERO LGTBI	FECHA DE NACIMIENTO DIA	FECHA DE NACIMIENTO MES	FECHA DE NACIMIENTO AÑO	AFILIACION SALUD C	AFILIACION SALUD I	AFILIACION SALUD Especial o excepción	AFILIACION SALUD Sin Aseguramiento	GRUPO ETNICO Afro	GRUPO ETNICO Palenquero	GRUPO ETNICO Raizal	GRUPO ETNICO ROM	GRUPO ETNICO Indígena	DISCAPACIDAD Física	DISCAPACIDAD Cognitiva	DISCAPACIDAD Sensorial	DISCAPACIDAD otra	Otras Poblaciones Vulnerables 1 Migrante 2 Victima Conflicto armado	ESTADO GESTACIONAL SI	ESTADO GESTACIONAL SE	OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA R	LUGAR DE VIVIENDA U	DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
1	Rocio Fernandez	cc	35518449		✓					X		2	9	73		✓														X	ccisa	SILVANIA		X	centro	3165926603	
2	Alicia Quiroga	cc	51597064		X					X		29	9	57		✓														X	casa.	SILVANIA		X	Kenedy	3138135537	
3	Elizabeth Salgado	cc	51745830		X					X		13	10	65		X														X	Indep.	SILVANIA		X	Autopista	3194160565	
4	Alba Vasquez	cc	51647355		X					X		16	10	5		X														X	Indep.	SILVANIA		X	Kenedy	3102401252	
5	Rosa Perez	cc	41654437		X					X		31	8	53		X														X	casa	SILVANIA		X	Centro	3143288516	
6	Monna Camargo	cc	41304536		X					X		13	3	46		X														✓	casa.	SILVANIA		✓	Andes.	3142266904	
7	Nubia Sanchez	cc	41691640		X					X		15	10	54		X														X	casa	SILVANIA		X	Andes	3119990106	
8	Sonia Correa.	cc	52886211		X					X		10	8	81		X														X	Indep.	SILVANIA		X	Progreso	3103202550	
9	Wilson Camargo	cc	79839663		X					X		10	9	76		X														X	casa.	SILVANIA		X	Kenedy	3118558806	
10	Elena Sancha	cc	41526650		X					X		14	4	51		X														X	casa.	SILVANIA		X	Centro.	3132503658	
11	martha Rodriguez	cc	51692558		X					X		21	6	62		X														X	Indep.	SILVANIA		X	Andes	3105581451	
12	Mary Pereza	cc	51625805		X					X		11	5	66		X														X	Indep.	SILVANIA		X	Pinares	3171814791	
13	Yulima Prieto	cc	52394484		X					X		7	1	55		X														X	ccisa	SILVANIA		X	Centro	3104194485	
14	Miryam Cortes	cc	41629633		X					X		23	4	61		X														X	Casa.	SILVANIA		X	Kenedy	3216770	
15	Angie Beltran	cc	40759277		X					X		1	10	53		X														X	Indep.	SILVANIA		X	Centro.	3216770	

Powered by CamScanner

HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania Cundinamarca — ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
	CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica moderada o vigorosa durante minimo '60'

FECHA: 02/Abril./2026.

LUGAR: Azafranal

HORA INICIO: 4:00 pm

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 5:00 pm

Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2. Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Edna Rocio Prieto	CC	20926949		X					X		19	10	68	X																X		SILVANIA	X		Azafranal	3204138134	Edna Rocio Prieto.
2	Jenny Cortes	TI	1030036453		X					X		1	5	21	X																X		SILVANIA	X		Azafranal	No Tiene	Jenny Cortes
3	Marina Camargo.	CC	41304596.		X					X		13	4	44	X																X		SILVANIA	X		Azafranal	3144665018	Marina Camargo
4	Jorge Cortes	CC	9555828		X				X			10	5	55	X																X		SILVANIA	X		Azafranal	3133203049	Jorge Cortes.
5	Struen Cifuentes	CC	1076933621		X				X			11	2	07	X																X		SILVANIA	X		Azafranal.	3023206655	[illegible]
6	Silvio Rodriguez	CC	20926735		X				.	X		7	7	65	X														.		X		SILVANIA	X		Azafranal	3209916552	Silvio RC
7	Teresa Bolorquez	CC	41314559		X					X		22	12	44	X																X		SILVANIA	X		Azafranal	No Tiene.	[illegible]
8	Daniel Castañeda	CC	80206881		X				X			25	5	82	X																X		SILVANIA		X	Azafranal	3179155888	[illegible]
9	Fraby Avila	CC	1143134495		X				X			17	10	74	X																X		SILVANIA	X		Azafranal	3208519116	[illegible]
10																																	SILVANIA					
11																																	SILVANIA					
12																																	SILVANIA					
13																																	SILVANIA					
14																																	SILVANIA					
15																																	SILVANIA					

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02 Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Física moderada o Vigorosa durante minimo "60"

FECHA: 9 / Abril. / 2026.

LUGAR: casa de la mujer

HORA INICIO: 8:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 9:000 am

Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO						DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado	SI	NO			R	U			
1	Kelly Leguizamo	C.C.	1055650058		X				X	X		17	3	93	X														Y	/	casa	SILVANIA	X		suba	3023149309	Kelly Leguizamo
2	Yoliseth Baltan	CC	1072 453139		X					X		27	4	06	X														X		Indep	SILVANIA	X		Suba	3245578451	Yoliseth B
3	Harly Morales	CC	1072 494574		X					X		1	2	09	X														X		casa.	SILVANIA	X		Arrayanes	3239510120	Harly Morales
4	marly Arevalo	CC	1072 929985		X					X		7	12	04	X														X		Indep.	SILVANIA	X		Subia -	3223525219	Marly Arevalo
5	Loira Calderon	CC	5844 702		X					X		13	12	80	X														X		casa.	SILVANIA	X		San Jose	3011233103	
6	Jose Hernandez	CC	52884 5743241		X				X			14	2	77	X															X	Indep.	SILVANIA	X		Arrayanes	3114819141	
7	Tatiana Castiblanco	CC	1003 850139		X					X		17	6	03	X														X		casa.	SILVANIA		X	Kenedy	3227755551	Tatiana C.
8	mario Camila.	CC	1069 970570		X					X		8	3	06	X														X		casa.	SILVANIA		X	Andes	3144222824	Mario Camila
9	*Dayana Marquez	CC	1193 205359		X					X		3	8	01	X														X		casa.	SILVANIA		X	centro	3008094819	
10	Vanesa Fuentes	CC	100373 4891		X					X		19	5	08	X														X		Indep.	SILVANIA		X	Pinares	3204557661	
11	Yaimy Novoa.	CC	10073 99196		X					X		24	8	00	X														X		Indep.	SILVANIA	X		Suba.	3202031410	Yaimy N.
12	Angie Cearza	CC	10 351 496261		X					X		7	7	95	X														X		casa.	SILVANIA		X	centro	3118082755	
13	Sirley Sanchez	CC	1072 497505		X					X		9	5	99	X														X		Casa	SILVANIA		X	Kenedy.	3232333321	Sirley Sanchez
14	Marly Castillo	CC	1069746 966		X					X		10	4	99	X														X		casa.	SILVANIA	X		Subia.	3224579851	Marly C
15	Yessica Martinez	CC	1069786 68		X					X		06	09	95	X														X		casa.	SILVANIA	X		Arrayanes	3123134278	Yessica M.

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad
HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca

ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTION DE LA SALUD PUBLICA

CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA

Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091
Versión:02
Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica moderada o vigoroza durante minimo 60m. FECHA: 16/Abril/2026.

LUGAR: Casa de la mujer. HORA INICIO: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD (nombres y apellidos): HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de identificacion: CC Número: CARGO: Firma

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Fisico	Cognitivo	Sensorial	otro	1. Migrante 2. Victima conflicto armado		SI	NO			N	D			
1	Yary Pereza	CC	51925305		X					X		11	05	66		X														X	casa	SILVANIA		X	centro	3	
2	Elizabeth Salgado	CC	57795870		X					X		13	10	65		X														X	casa	SILVANIA		X	Centro	3	
3	Marina Camargo	CC	3413[illegible]76		X					X		13	3	44		X														X	casa	SILVANIA		X	centro	3	
4	Nella Rodriguez	CC	20927668		X					X		13	9	70		X														X	Indep.	SILVANIA		X	Kenedy	3	
5	Maria Narvaez	CC	5182[illegible]		X					X		20	4	66		X														X	casa	SILVANIA		X	Anda	3	
6	Rosa Ramos	CC	41533240		X					X		11	2	52		X														X	casa	SILVANIA		X		3124519430	
7	Rosalbina Perez	CC	7116[illegible]		X					X		31	8	53		X														X	casa	SILVANIA		X	Puentes	3	
8	Edwina Leon	CC	41565[illegible]		X					X		15	9	52		X														X	indep.	SILVANIA		X	centro	3	
9	Sonia Correa	CC	52[illegible]41		X					X		10	9	81		X														X	indep.	SILVANIA		X	Andes	3	
10	Nubia Sancha	CC	0169[illegible]		X					X		15	10	58		X														X	casa	SILVANIA		X	Pinares	3	
11	Betty Gomez	CC	3963[illegible]		X					X		15	10	72		X														X	casa	SILVANIA		X	centro	3	
12	Paola Bravo	CC	1070[illegible]		X					X		22	3	87		X														X	casa	SILVANIA		X	Kenedy	3	
13	Ana Quiroga	CC	5159[illegible]		X					X		29	9	52		X														X	casa	SILVANIA		X	Andes	3	
14	Yuliath Diaz	CC	1069[illegible]		X					X		7	4	01		X														X	Estudia	SILVANIA		X	Pinares	4	
15	Paula Silva.	CC	2041[illegible]		X					X		11	9	79		X														X	casa	SILVANIA		X	Centro	3	

Powered by CamScanner

HOSPITAL ISMAEL SILVA / ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02 Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica moderada o Vigorosa durante '60' — FECHA: 21/Abril/2026

LUGAR: Azafranal — HORA INICIO: 4:00 PM

RESPONSABLE ACTIVIDAD (nombres y apellidos): MARTIN MORALES — HORA DE FIN: 5:00 PM

Tipo de identificacion: CC — Numero: 3.171.137 — CARGO: HABITOS SALUDABLES — Firma

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indígena	Física	Cognitiva	Sensorial	otra	1. Migrante 2.Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Edilberto Prieto	cc	19211923		✓				X			29	9	52		X														X	Independ.	SILVANIA	X		Azafranal	310 7625535	
2	Silvia Rodriguez	cc	20926835		X					X		7	7	65		X														✓	casa	SILVANIA	X		Azafranal	320 8166552	
3	Marina Camargo	cc	41504576		✓					X		13	3	00		X														X	casa.	SILVANIA	X		Azafranal	3144616041	
4	Steven Cifuentes	cc	1072 493621		X				X			11	2	07		X														X	Estudio	SILVANIA	X		Azafranal	3025390050	
5	Fredy Avila	cc	14323429		✓				X			17	10	74		X														X	Independ.	SILVANIA	X		Azafranal	3208231986	
6	David Cabanneda	cc	80206332		X				X			25	5	82		X														X	Independ	SILVANIA	X		Azafranal	3125155834	
7	Edna Prieto	cc	20926949		X					X		19	10	68		X														X	Azafranal	SILVANIA	✓		Azafranal.	3208438438	
8	Sebastian Bobaya	cc	1111A 1053661		X				X			13	8	12		X														X	Azafranal	SILVANIA	X		Azafranal	NO TIENE	Sebastian
9	Jose Avila	cc	80870972		X				X			29	10	761		Y														X	Azafranal	SILVANIA	X		Azafranal	3209681816	
10	Jorge Cortes	cc	855823		X				X			10	5	55		X														✓	Azafranal	SILVANIA	✓		Azafranal	3227695	
11	Sandra Porras	cc	20921711		X					X		4	7	75		X														X	Azafranal	SILVANIA	X		Azafranal	3107	
12	Yanira Cubillos	cc	1070 4293753		X					Y		21	3	01		X														X	Azafranal	SILVANIA	Y		Azafranal	3172	Yanira
13	Susana Casas	cc	1069 4258744		X					X		14	10	00		X														✓	Azafranal	SILVANIA	X		Azafranal	3208	
14	Edgar Sierra	cc	3170824		X				X			17	11	79		X														✓	Azafranal	SILVANIA	X		Azafranal	3101	
15	Bladimir Loaiza	cc	1070 4758233		✓				X			10	2	01		X														✓	Azafranal	SILVANIA	✓		Azafranal	3207	Bladi

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código:M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión:02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación:26/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica moderada o vigorosa durante '60'

FECHA: 23/ Abril / 2026.

LUGAR: casa de la mujer

HORA INICIÓ: 9:00 am

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 10:00 am

Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma martin

Codigo - CUPS: 11401.

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD					Otras Poblacion Vulnerable	ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Física	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2.Victima conflicto armado	SI	NO			R	U			
1	Delmira Leon V.	C.C	41565573		X					X		13	9	52	X															X	Indep.	SILVANIA		X	Centro	3213033069	
2	Rosa A Ramirez	CC	41333244		X					X		11	2	53	X															X	casa	SILVANIA		X	Kenedy	3124	
3	Paola Bravo	CC	1019018246	/	X					X		22	3	87	X															X	Casa.	SILVANIA		X	Pinares	3166610163	Paola Bravo
4	martha Jaramillo	CC	20621988		X					X		16	3	54	X															X	Indep.	SILVANIA		X	Alto Virgen	3005	
5	Elizabeth Salgado	CC	51795970		X					X		13	10	65	X															X	Indep.	SILVANIA		X	Andes	No Tiene	
6	Mary Pereza	CC	51825335		X					X		11	5	66	X															X	casa,	SILVANIA		X	Molino Rojo	3202	
7	Gloria Lopez	CC	20926686		X					X		18	12	65	X															X	casa.	SILVANIA		X	Progreso	No Tiene	Gloria Lopez
8	Ana Alicia Quiroga	CC	51597660		X					X		29	9	62	X															X	Casa,	SILVANIA		X	Andes.	3136	
9	Esperanza Rodriguez	CC	41735561		X					X		3	9	58	X															X	Indep.	SILVANIA		X	Centro	3163	
10	Alba Vasquez	CC	51647515		X					X		16	10	59	X															X	casa,	SILVANIA		X	Autop.	3101	
11	Virginia Sanchez	CC	41692947		X					X		1	10	58	X															X	Casa.	SILVANIA		X	Centro	311	
12	Marina Camargo	CC	41306596		X					X		13	3	66	X															X	Casa.	SILVANIA		X	Kenedy	3104	
13	Sonia Correa	CC	52836711		X					X		10	8	81	X															X	Indep.	SILVANIA		X	Centro	3103623307	
14	Berta Gomez	CC	39630595		X					X		13	10	58	X															X	casa.	SILVANIA		X	Andes		
15	Flor Melo	CC	41468976		X					X		9	9	60	X															X	Indep.	SILVANIA		X	Progreso		

Powered by CamScanner

Construyendo atención con calidad HOSPITAL ISMAEL SILVA E.S.E. Silvania - Cundinamarca	ALCALDÍA MUNICIPAL DE SILVANIA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091 Versión: 02
		CONTROL DE ASISTENCIA ACCIONES COLECTIVAS EN SALUD PÚBLICA	Fecha de Aprobación: 28/Agosto/2022

TEMA: Realizar actividad Fisica moderada o vigorosa durante '60"

FECHA: 29/Abril./2026.

LUGAR: Azafranal

HORA INICIO: 4:00 pm

RESPONSABLE ACTIVIDAD: MARTIN MORALES

HORA DE FIN: 5:00 pm

Tipo de Identificacion: CC | Número: 3.171.137 | CARGO: HABITOS SALUDABLES | Firma: martin

Codigo - CUPS: 11401

No.	NOMBRE Y APELLIDOS.	IDENTIFICACIÓN		ENTORNO					GENERO			FECHA DE NACIMIENTO			AFILIACION SALUD				GRUPO ETNICO					DISCAPACIDAD				Otras Poblacion Vulnerable		ESTADO GESTACIONAL		OCUPACION U OFICIO	MUNICIPIO	LUGAR DE VIVIENDA		DIRECCIÓN	TELÉFONO	FIRMA
		Tipo	No.	HOGAR	COMUNITARIO	LABORAL	EDUCATIVO	INSTITUCIONAL	M	F	LGTBI	DIA	MES	AÑO	C	S	Especial o excepción	Sin Aseguramiento	Afro	Palenquero	Raizal	ROM	Indigena	Fisica	Cognitiva	Sensorial	otro	1. Migrante 2. Victima conflicto armado		SI	NO			R	U			
1	Daniela Garay.	cc	1024 589580							X		2	4	88		X														X		Hogar	SILVANIA	X		Azafranal	3212906890	
2	Fredy Avila.	cc	1113234129						X			17	7	94		X														X		Hogar	SILVANIA	X		Azafranal	3112804645	
3	Daniel Castañeda.	cc	80206931						X			25	5	82		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3184360910	
4	Edna Rocio Prieto	cc	20926949							X		19	10	68		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3212606265	
5	Sharit Cardozo	cc	1072 444 694							X		29	9	09		X														X		Hogar	SILVANIA	X		Azafranal	3044312A	Sharit.
6	Alejandro Malave.	TI	1069 736428						X			12	6	9		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3100760660	
7	miguel mateus	TI	1072 447621						X			6	6	10		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3207460541	
8	Stiven Cifuentes	TI	1072 443621						X			11	2	09		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3002746053	Stiven.
9	Silvia Rodriguez	cc	20926735							X		7	7	65		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3113607050	
10	Edilberto Prieto.	cc	19211923						X			24	9	52		X														X		Hogar.	SILVANIA	X		Azafranal	3204470960	Edilberto
11	Jorge Cortes.	cc	385828						X			10	5	55		X														X		Hogar	SILVANIA	X		Azafranal	3134131321	
12	Sandra Castillo.	TI	1069 428749.							X		8	1	01		X														X		Hogar	SILVANIA	X		Azafranal	3102706603	Sandra
13	Juan Pablo Gutierrez	cc	3170233							X		17	10	76		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3208302019	Juan Pablo
14	Yadira Prieto.	cc	20921039						X			4	8	81		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3144400460	
15	Nestor lombana	TI	1072 447420						X			17	3	94		X														X		Indep.	SILVANIA	X		Azafranal	3214700217	Nestor.

Powered by CamScanner