Nombre Contratista:	Juan Diego Párraga Botero	Objeto: **PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES QUE CONFORMAN EL CENTRO DE CIENCIAS DEL DEPORTE DEL PROGRAMA INSTITUCIONAL DE FORMACIÓN DEPORTIVA DEL INSTITUTO MUNICIPAL DE RECREACIÓN Y DEPORTE DE COTA**
Número de Identificación:	CC 79.626.727	
Número del Contrato:	145 -2026	
Valor Inicial del Contrato:	$ **37.536.000**	
Adición N°1:		
Valor Total del Contrato:	$ **37.536.000**	
Plazo Ejecución Inicial:	8 Meses	
Prórroga N°1:		
Plazo Total del Contrato:	8 meses	
Fecha de Inicio:	03/02/2026	
Fecha Final:	03/10/2026	
Periodo del Informe:	ABRIL	
Supervisor:	Alexalberto Velásquez Segura	

OBLIGACIONES CONTRACTUALES ESPECÍFICAS	
OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	**1. Participar activamente en las actividades y eventos deportivos y recreativos que organice el Instituto Municipal de Recreación y Deporte de Cota en relación con el desarrollo de su objeto contractual.**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	A través del señor Juan Pablo Malagón se me solicitó un informe sobre las disponibilidades y actividades de los miembros del equipo de ciencias aplicadas que se le envió, vía whatsapp el 9 de Abril. Junto con el resto del equipo multidisciplinar seguimos planificando el taller de padres tipo feria.

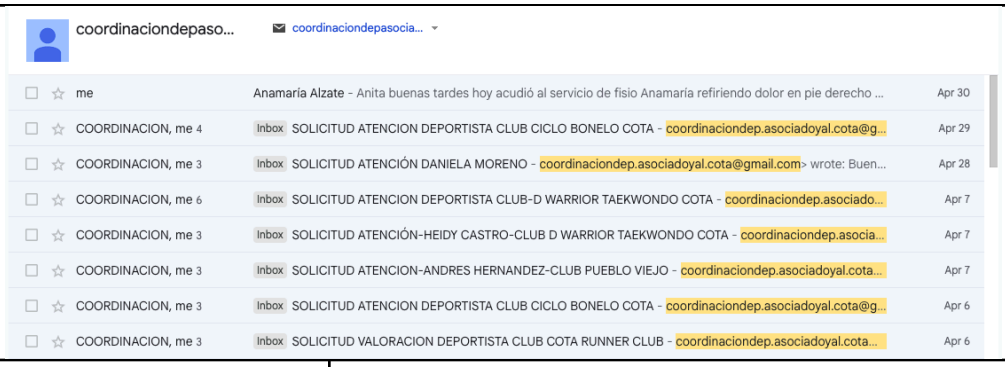
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	2. **Determinar la aptitud física y de salud de los usuarios que ingresan al gimnasio del Instituto Municipal de Recreación y Deporte de Cota, quienes así lo requieran por patologías o según el criterio de los profesionales de la Institución, Estas evaluaciones pueden desarrollarse de manera virtual o presencial según necesidades.**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Para este mes no hubo requerimientos para determinar la aptitud de los nuevos usuarios del gimnasio
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA: N/A	
OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	3. **Realizar la evaluación de los eventos que comprometen la salud de los usuarios del gimnasio municipal del Instituto Municipal de Recreación y Deporte de Cota,**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Para este mes no hubo requerimientos para determinar la aptitud de los nuevos usuarios del gimnasio
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA: N/A	

OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	4. **Evaluar de manera periódica a los deportistas del instituto para definir un nuevo plan de ejercicio y modificación de rutinas de acuerdo con los hallazgos realizados en la evaluación**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se inician valoraciones de los deportistas de rendimiento remitidas por la metodología de Rendimiento Ana María Rivera. Programando sus respectivas valoraciones y remisiones a fisio o preparación física, si fuera el caso.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	5. **Realizar la valoración médica pre-participativa, y la consulta de traumatología del deporte con su respectivo seguimiento, de lesiones a los usuarios del gimnasio municipal y a los deportistas de las diferentes escuelas de formación, que se desarrollan como causa de la práctica en los programas del Instituto Municipal de Recreación y Deporte de Cota**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Para la vigencia del presente informe no se solicitaron valoraciones pre participativas. Los deportistas que fueron remitidos para valoración y concepto desde medicina del deporte, fueron valorados recibiendo una orientación diagnóstica y una propuesta de tratamiento, en los casos que fue necesario, los pacientes fueron remitidos a fisio o preparación física.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:

FECHA	DOCUMENTO	DIAGNOSTICO	APTITUD MEDICA	telefono de contacto	TIPO DE REMISION	# SESIONES AUTORIZADAS	F	PF	PROFESIONAL
06/04/2026	1027526053	Lesión nervio peroneo pie derecho	NO	3174597950	Continua con fisioterapia incrementar trabajo prropioceptivo	10	X		Diana Soriano
06/04/2026	1073522134	Esguince tobillo derecho	SI	3237966953	Manejo dolor e inflamación	3	X		Diana Soriano
07/04/2026	1070924545	Contusión Rodilla derecha	NO	3102979191	manejo del dolor e inflamación	4	X		Diana Soriano
07/04/2026	20455518					6			Diana Soriano
07/04/2026						10			Diana Soriano
27/04/2026	1233892119	Tendinitis extensor ulnar muñeca derecha		3125590470	Se remite a preparación f´siica para trabajo de fortalecimiento de muñeca	6		X	
27/04/2026	1072650843	Luxación recidibante hombro izq		3007597516	Trabajo de fortalecimiento musculatura estabilizadora de hombro izq	10		x	
27/04/2026	1130384569	Tendinitis rotuliana resuleta		3123834761	Alta				
27/06/2026	1034668089	Lumbalgia crónica		3172841825	Se remite para manejo del dolor	4	X		Alejandra
30/04/2026	1032485956	Condropatía rotuliana Quiste Baker rodilla derecha		3118831277	Facilitar el drenaje del quiste de baker y trabajo de fortalecimiento en cuadriceps	4	X		Alejandra González
30/04/2026	1027285354	Algia Pie derecho	NO	3115445553		3			Alejandra González
30/04/2026	1070920886	Control evolutivo LCA rodilla derecha	NO	3238540879	trabajo de fortalecimiento estabilizadores de rodilla - introducción de la carrera e inicio de trabajos con balón sin oposición	10		X	

OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	6. **Realizar la evaluación de los deportistas de las Escuelas de Formación Deportiva del Instituto para determinar el grado de aptitud médica para la práctica deportiva.**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Se realiza consulta de medicina del deporte a los alumnos de las diferentes escuelas de formación que fueron remitidos por los entrenadores

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:

FECHA	DOCUMENTO	EFD	ASISTENCIA	DIAGNOSTICO	APTITUD MEDICA	telefono de contacto	TIPO DE CONSULTA	TIPO DE REMISION	# SESIONES AUTORIZADAS	F	PF
06/04/2026	1027526053	ciclismo/ CICLOBONELO	SI	Lesión nervio peroneo pie derecho	NO	3174597950	programada	Continua con fisioterapia incrementar trabajo propioceptivo	10	X	
06/04/2026	1073522134	Futbol femenino	SI	Esguince tobillo derecho	SI	3237966953	Programada	Manejo dolor e inflamación	3	X	
07/04/2026											
07/04/2026	1188217213	Club Pueblo Viejo	SI	Epicondilitis codo derecho	NO	3046128259	Programada	Se solicita ecografia, control con resultados			
07/04/2026	1014889974	Futbol femenino	SI	Contusión Rodilla Izquierda	SI	3134650571	Programada				
07/04/2026	1070924545	Futbol femenino	SI	Contusión Rodilla derecha	NO	3102979191	Programada	manejo del dolor e inflamación	4	X	
07/04/2026	1072702668	Voleibol Playa				3105794276	Programada				
07/04/2026	1034517192	taekwondo / Club Warrior	NO			3042333117	Programada				
07/04/2026	1074466042	taekwondo / Club Warrior	SI	Pinzamiento de cadera derecha		3133699081	Programada	Se solicita RMN cader derecha			
07/04/2026	1016914224	Futbol masculino	SI	Esguince tobillo izq		3053986436	Programada				
07/04/2026	20455518	Recomendada Elsa	SI				Programada		6		
07/04/2026		Recomendada Elsa	SI				Programada		10		
27/04/2026	1233892119	Recomendado Elsa	SI	Tendinitis extensor ulnar muñeca derecha		3125590470	Programada	Se remite a preparación f´sica para trabajo de fortalecimiento de muñeca	6		X
27/04/2026	107092752	Futbol femenino	si	Contractura muscular aductor izq		3212909232	Programada	Estiramienteos y calor local			
27/04/2026	1072650843	Baloncesto Adultos	SI	Luxación recidibante hombro izq		3007597516	Programada	Trabajo de fortalecimiento musculatura estabilizadora de hombro izq	10		x
27/04/2026	1130384569	Futbol Masculino	SI	Tendinitis rotuliana resuelta		3123834761	programada	Alta			
27/06/2026	1034668089	Voleibol	SI	Lumbalgia crónica		3172841825	programada	Se remite para manejo del dolor	4	X	
27/04/2026	1076926176	Futbol masculino 2015	SI	Contusión Tobillo IZq		3142709671	programada				
27/04/2026	1130384450	Futbol Masculino 2015	SI	Contusión dorsal		3244729002	Programada				
27/04/2026	1070918610	Recomendada Elsa	SI	Sobre carga muscular		3205519768	Programada				
27/04/2026	1083026791	Taekwondo	SI	Palpitaciones		3044810387	Programada	Se solicita EKG se remite a pediatria			
27/04/2026	1017062435	futbol masculino	SI	Esguince tobillo izq		3125801488	programada	Cuadro resuelto			
27/04/2026	1019102753	Voleibol femenino	SI	Esguince tobillo izq		3143319101	programada	Trabajo de propiocepción en casa			
30/04/2026	1032485956	Recomendada Elsa	SI	Condropatia rotuliana Quiste Baker rodilla derecha		3118831277	programada	Facilitar el drenaje del quiste de baker y trabajo de fortalecimiento en cuadriceps	4	X	
30/04/2026	1034519853	Gimnasia /altos logros	NO			3184372716	programada				
30/04/2026	1027526053	CLUB CICLO BONELO COTA	NO			3174597950	programada				
30/04/2026	1130384570	Ciclomontañismo	SI	Hiperlaxitud ligamentaria Escoliosis vertebral		3202821443	programada	Se solicita RX - Control con Resultados			
30/04/2026	1097109354	futbol masculino	SI	ALgia Rodilla derecha	NO	3014294544	programada	Se solicita RX - Control con Resultados			
30/04/2026	1034402531	Baloncesto	NO			3005749393	programada				
30/04/2026	1027285354	Atletismo / Cota Runner Club	SI	Algia Pie derecho	NO	3115445553	programada		3		
30/04/2026	1070925364	Recomendada Elsa	NO			3102938871	programada				
30/04/2026	1001271167	Profe Futbol/Autoriza Alex	SI				programada				
30/04/2026	1070920886	Futbol femenino	SI	Control evolutivo LCA rodilla derecha	NO	3238540879	programada	trabajo de fortalecimiento estabilizadores de rodilla - introducción de la carrera e inicio de trabajos con balón sin oposición	10		X

OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	7. **Realizar la asesoría médica específica para los diferentes programas deportivos que maneja el Instituto.**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Queda pendiente agendamiento para los siguientes programas: ● Escuelas de Padres ● Entrenadores Gimnasio ● Deportistas de Alto rendimiento
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	
N/A	
OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	8. **Realizar la asesoría médica en el desarrollo de los procesos de entrenamiento de los deportistas de proyección.**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Tras la valoración de los primeros pacientes remitidos se hace necesario conocer los planes de entrenamiento diseñados para cada deportista por parte de sus entrenadores y a través de ellos diseñar los modelos de monitoreo
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	
N/A	

OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	9. **Brindar asesorías y charlas en medicina del deporte para los entrenadores, instructores y deportistas del IMRD COTA sobre el desarrollo y control Biomédico en Escuelas de Formación Deportiva.**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Pendiente agendamiento de charlas a ● Entrenadores Gimnasio ● Deportistas de Alto rendimiento
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:	
N/A	
OBLIGACIÓN CONTRACTUAL ESPECÍFICA:	10. **Las demás que se requieran y que tengan relación directa con el desarrollo del objeto contratado.**
ACTIVIDADES RELACIONADAS	Para la vigencia del presente informe tuve la oportunidad de participar en los juegos suramericanos Juveniles – Panamá 2026

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA:



OBSERVACIONES:	
	
FIRMA CONTRATISTA	**FIRMA SUPERVISOR**

PAGO SEGURIDAD SOCIAL

CONFORME EL DECRETO 1273 DE 2018

PERIODO	IBC	SALUD	PENSIÓN	ARL	PLANILLA	FECHA DE PAGO	TOTAL
ENERO	$5,480,000	$ 689,400	$882,400	$134.400	41586142	16/02/2026	$1,706,200
FEBRERO	$5,480,000	$ 689,900	$ 883,000	$134,500	55560472	17/03/2026	$1,707,400
MARZO	$5,480,000	$685,000	$876,800	$133,500	70160132	01/04/2026	$1,695,300
ABRIL		$	$	$			$
MAYO		$	$	$			$
JUNIO		$	$	$			$
JULIO		$	$	$			$
AGOSTO		$	$	$			$
SEPTIEMBRE		$	$	$			$
OCTUBRE		$	$	$			$
NOVIEMBRE		$	$	$			$
DICIEMBRE		$	$	$			$
TOTAL	**N/A**	**$2.064.300**	**$2.642.200**	**$404.400**	**N/A**	**N/A**	**$5.108.900**

FECHA	DOCUMENTO	EFD	ASISTENCIA	DIAGNOSTICO	APTITUD MEDICA	telefono de contacto	TIPO DE CONSULTA	TIPO DE REMISION	# SESIONES AUTORIZADAS	F	PF
05/04/2026	1027526053	ciclismo/ CICLOBONELO	SI	Lesión nervio peroneo pie derecho	NO	3174597960	programada	Continua con fisioterapia incrementar trabajo propioceptivo	10	X	
06/04/2026	1073522134	Futbol femenino	SI	Esguince tobillo derecho	SI	3237966953	Programada	Manejo dolor e inflamación	3	X	
07/04/2026											
07/04/2026	1188217213	Club Pueblo Viejo	SI	Epicondilitis codo derecho	NO	3046128259	Programada	Se solicita ecografía, control con resultados			
07/04/2026	1014889974	Futbol femenino	SI	Contusión Rodilla Izquierda	SI	3134650571	Programada				
07/04/2026	1070924545	Futbol femenino	SI	Contusión Rodilla derecha	NO	3102979191	Programada	manejo del dolor e inflamación	4	X	
07/04/2026	1072702668	Voleibol Playa				3105794276	Programada				
07/04/2026	1034517192	taekwondo / Club Warrior	NO			3042333117	Programada				
07/04/2026	1074466042	taekwondo / Club Warrior	SI	Pinzamiento de cadera derecha		3133699081	Programada	Se solicita RMN cader derecha			
07/04/2026	1016914224	Futbol masculino	SI	Esguince tobillo izq		3053986436	Programada				
07/04/2026	20455518	Recomendada Elsa	SI				Programada		8		
07/04/2026		Recomendada Elsa	SI				Programada		10		
27/04/2026	1233892119	Recomendado Elsa	SI	Tendinitis extensor ulnar muñeca derecha		3125590470	Programada	Se remite a preparación f´sica para trabajo de fortalecimiento de muñeca	8		X
27/04/2026	107092752	Futbol femenino	si	Contractura muscular aductor izq		3212909232	Programada	Estiramientos y calor local			
27/04/2026	1072650843	Baloncesto Adultos	SI	Luxación recidibante hombro izq		3007597516	Programada	Trabajo de fortalecimiento musculatura estabilizadora de hombro izq	10		x
27/04/2026	1130384589	Futbol Masculino	SI	Tendinitis rotuliana resuelta		3123834761	programada	Alta			
27/04/2026	1034668089	Voleibol	Si	Lumbalgia crónica		3172841825	programada	Se remite para manejo del dolor	4	X	
27/04/2026	1076926176	Futbol masculino 2015	SI	Contusión Tobillo IZq		3142709671	programada				
27/04/2026	1130384450	Futbol Masculino 2015	SI	Contusión dorsal		3244729002	Programada				
27/04/2026	1070918610	Recomendada Elsa	SI	Sobre carga muscular		3205519798	Programada				
27/04/2026	1083026791	Taekwondo	SI	Palpitaciones		3044810387	Programada	Se solicita EKG se remite a pediatria			
27/04/2026	1017062435	futbol masculino	Si	Esguince tobillo izq		3125801488	programada	Cuadro resuelto			
27/04/2026	1019102753	Voleibol femenino	SI	Esguince tobillo izq		3143319101	programada	Trabajo de propiocepción en casa			
30/04/2026	1032485956	Recomendada Elsa	SI	Condropatia rotuliana Quiste Baker rodilla derecha		3118831277	programada	Facilitar el drenaje del quiste de baker y trabajo de fortalecimiento en cuadriceps	4	X	
30/04/2026	1034519853	Gimnasia Jaltos logros	NO			3184372716	programada				
30/04/2026	1027526053	CLUB CICLO BONELO COTA	NO			3174597960	programada				
30/04/2026	1130384570	Ciclomontañismo	SI	Hiperlaxitud ligamentaria Escoliosis vertebral		3202821443	programada	Se solicita RX - Control con Resultados			
30/04/2026	1097109354	futbol masculino	SI	ALgia Rodilla derecha	NO	3014294544	programada	Se solicita RX - Control con Resultados			
30/04/2026	1034402531	Baloncesto	NO			3005749393	programada				
30/04/2026	1027285354	Atletismo / Cota Runner Club	SI	Algia Pie derecho	NO	3115445553	programada		3		
30/04/2026	1070925364	Recomendada Elsa	NO			3102938871	programada				
30/04/2026	1001271157	Profe Futbol/Autoriza Alex	SI				programada				
30/04/2026	1070920886	Futbol femenino	SI	Control evolutivo LCA rodilla derecha	NO	3238540879	programada	trabajo de fortalecimiento estabilizadores de rodilla - introducción de la carrera e inicio de trabajos con balón sin oposición	10		X