TALLER 4	**MUNICIPIO:** Caldas
ZONA: URBANA RURAL: X	**BARRIO O VEREDA:** Centro poblado

ACTIVIDAD PIC: Realizar en el año (6) tallereres de información en salud, de 45 minutos de duración con previa planeación y preparación, en "PROMOCION Y PROTECCION DE LA SALUD VISUAL" con base en guías de SALUD VISUAL dirigida a adultos (2), jóvenes (1), adultos (2), o adulto mayor (1) en grupos de 20 personas que serán las mismas durante todo el proceso de informativo, En centro poblado, Nariño, espalda y Chinaguta

TEMA PRINCIPAL: Promoción y protección de la salud visual en adultos

OBJETIVOS:

- Fortalecer conocimientos en adultos sobre el cuidado de la salud visual y prevención de alteraciones visuales.
- Identificar factores de riesgo asociados al deterioro de la visión en población adolescente.
- Promover prácticas de autocuidado visual y hábitos saludables.

METODOLOGÍA

Durante el mes de marzo se desarrolló un taller educativo de 45 minutos dirigido a población adolescente, previamente planificado y estructurado con base en lineamientos de salud visual.

La actividad se realizó mediante una metodología participativa, incluyendo exposición dialogada, ejemplos cotidianos, resolución de inquietudes y recomendaciones prácticas. Se promovió la interacción activa de los participantes mediante preguntas orientadoras y socialización de experiencias relacionadas con el uso prolongado de pantallas, hábitos visuales y consulta oportuna.

MATERIALES:

lapiceros, hojas de papel

FECHA DE REALIZACIÓN: 13/03/2026	**HORA DE INICIO: 08:00AM**	**HORA DE TERMINACIÓN: 09:00AM**

ORDEN DEL DIA:

- Bienvenida a los participantes
- Presentación del tema
- Desarrollo del contenido educativo
- Resolución de dudas
- Conclusiones y cierre

1. PRESENTACIÓN E INTRODUCCIÓN

Se dio inicio a la actividad con un saludo de bienvenida a los adultos participantes, explicando el objetivo del taller y la importancia de cuidar la salud visual en la vida diaria, especialmente en actividades académicas y recreativas.

2. ACTIVIDAD DE INICIO

Se realizó una dinámica de preguntas iniciales para identificar conocimientos previos, tales como: ¿cuántas horas al día usan pantallas?, ¿han presentado cansancio visual o dolor de cabeza?, generando participación activa y permitiendo contextualizar el tema.

3. ACTIVIDAD CENTRAL

Se desarrolló el tema mediante explicación clara y ejemplos prácticos sobre:

Principales problemas visuales en adultos

Factores de riesgo (uso prolongado de celulares, mala iluminación)

Síntomas de alerta como visión borrosa, dolor ocular y cefalea

Recomendaciones de autocuidado visual (regla 20-20-20, postura adecuada, pausas activas)

Durante la sesión los participantes realizaron preguntas relacionadas con el uso de dispositivos móviles y la necesidad de usar gafas, las cuales fueron resueltas de manera clara y comprensible.

4. ACTIVIDAD DE CIERRE

Se realizó retroalimentación final reforzando los mensajes clave del autocuidado visual, motivando a los adultos a implementar hábitos saludables en su vida diaria.

Como compromiso, los participantes manifestaron su intención de reducir el tiempo continuo frente a pantallas y aplicar pausas visuales durante sus actividades académicas.

REFERENCIAS

Ministerio de Salud y Protección Social. Lineamientos para la promoción y prevención en salud visual.

Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud ocular y prevención de trastornos visuales.

REGISTRO FOTOGRAFICO

foto 1



foto 2

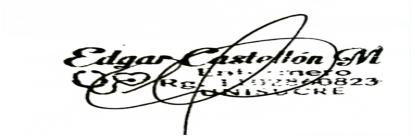


Foto 3



Foto 4



NOMBRE	CARGO	FIRMA
Edgar Castellon Martinez	Enfermero Pic	

MUNICIPIO DE CALDAS
DIRECCIÓN TECNICA DE SALUD
PLAN DE INTERVECIONES COLECTIVAS 2024-2027
REGISTRO DE ASISTENCIA Y PARTICIPACION

MUNICIPIO:	Caldas	VEREDA O BARRIO:	Centro Caldas
ACTIVIDAD:	Promoción y protección de la salud visual		
LINEA OPERATIVA Y CATEGORIA:	Salud visual.		
DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:	Se realiza taller Protección salud visual		
POBLACION OBJETO:	Adultos		
FECHA DE REALIZACION:	13/03/2026	HORA DE INICIO:	08:00
		HORA DE TERMINACIÓN:	09:30
MATERIAL ENTREGADO:			

NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	DOCUMENTO	TELEFONO	FIRMA
1. Blanca Bonilla	50	46676592	3212968552	Blanca Bonilla.
2. Maria Benites	39	1052338018	3204241951	Maria B
3. Maria de Gutiera	72	23735106	3209868554	Maria
4. Lidia Gonzalez	57	23496969	3227491692	Lidia Gonzalez
5. Maria Ortega	67	23390056	3129450682	Maria O.
6. Saulina Peña	79	23465094	3115753279	Saulina Peña
7. Liam Martes Garcia	17	1052340 10	3212685 41	Liam M G.
8. Nidia Florian	46	46679958	3142572693	
9. Flor Benitez	74	23468410	3118687393	Flor Benitez B.G
10. Alicia Castro	89	23389493	3125450660	Alicia Castro
11. Gloria Peña	74	23489825	3227258228	
12. Blanca Antonio	56	23390326	3202646475	Blanca A.
13. Virginia Cañon	72	23489522	3208626658	Mrg Cañon
14. Blanca Inés Bonilla	50	46676592	3212966327	Blanca Bonilla
15. Carlos Abel Peña	64	1013529	3227484904	Carlos Peña.
16. Alba Bermudez	37	1013592655	3224729217	alba Bermudez
17. Yenny Paola Rincon P	32	1052338623	3229059955	Paola Rincon.
18. Gladys Neira	31	1053342130	3142046621	
19. Fabio Enrique D.	60	7306610	3105672664	
20. Lina Tatiana Vanguio	29	1052339707	3219568175	

OBSERVACIONES:

NOMBRE DE QUIEN REALIZA LA ACTIVIDAD	Edy Ardila	PROFESIÓN U OCUPACIÓN E INSTITUCION	Enfermero PIC
VoBo INTERVENTOR O SUPERVISOR		VEEDOR	

Dirección: *Calle 4 No. 1-39 Caldas Boyacá /* ***Contacto:*** ***3134329090***
Correo Electrónico: *salud@esemercedescaldasboyaca.gov.co*
Página web: http://www.esemercedescaldasboyaca.gov.co/