orientados al autocuidado, la salud sexual, la salud mental y los determinantes sociales, contribuyendo a la construcción de ciudadanía en salud con pertinencia cultural y enfoque emancipador.

OBJETIVOS

Objetico General

Lograr el mejoramiento de coberturas e integración de los servicios sociales y de salud y la atención de grupos con características epidemiológicas o demográficas especiales

Objetivos Específicos.

- Fortalecer la cobertura y el acceso efectivo a los servicios de salud de las personas con discapacidad, mediante la implementación de una jornada de atención integral, con enfoque diferencial y territorial.
- Socializar y sensibilizar a la comunidad afrodescendiente sobre la Ruta de Atención Integral en Salud, promoviendo el conocimiento de sus componentes, la apropiación de derechos y el ejercicio autónomo del derecho a la salud.
- Ofrecer una atención sanitaria oportuna, humanizada y libre de discriminación, incluyendo servicios de medicina general, odontología, vacunación, afiliación al SGSSS y orientación en Sisbén.
- Articular acciones con diferentes sectores e instituciones, como gestión social, aseguramiento en salud y programas de protección social, para brindar una respuesta integral a las necesidades de la población diversa.

INFORME DE EJECUCION DE ACTIVIDADES

1. ACTIVIDAD GENERAL A EJECUTAR

Realizar tres (3) jornadas integrales en salud, con enfoque diferencial, Una (1) para personas con discapacidad, **una (1) para comunidades afrodescendientes**, una (1) para población lgtbq+ para promover los derechos en salud de estas poblaciones

1.1. DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD

Durante el mes de octubre se llevó a cabo una (1) jornada de atención integral en salud dirigida a la comunidad de afrodescendiente, en el marco de la estrategia "Salud a tu Comunidad – Valledupar Te Cuida". Para su ejecución, se realizó una mesa de concertación intersectorial con la participación de diversos actores sociales y comunitarios, entre ellos: SISBÉN, Personería Municipal, Salud Mental,, Secretaría de Gobierno, Gestión Social, Referente de Discapacidad y delegados de poblaciones vulnerables como niños, niñas, adolescentes y jóvenes (NNAJ), habitantes de calle, víctimas del conflicto armado, población afrodescendiente, comunidades étnicas, campesinas, personas con discapacidad, adultos mayores y población diversa por género. Durante esta mesa, se propuso realizar la jornada en el Corregimiento de Guacochito, como una estrategia al aire libre que facilitara el acceso, la visibilidad y la participación comunitaria. En este espacio de concertación se identificaron necesidades puntuales para garantizar una atención efectiva a la población

Esta jornada de atención integral en salud se realiza en el corregimiento de Guacochito debido a que este territorio representa uno de los núcleos más significativos de la comunidad afrodescendiente del municipio de Valledupar. En este corregimiento se encuentra establecido el Consejo Comunitario Arcilla, Cardón y Tuna, instancia reconocida como autoridad étnica y como espacio organizativo que vela por la protección de los derechos colectivos, la identidad cultural y el fortalecimiento de los procesos comunitarios.

Guacochito se identifica como un territorio con particularidades socioculturales y necesidades diferenciales en materia de salud, derivadas de factores como condiciones socioeconómicas, barreras de acceso, limitaciones en la disponibilidad de servicios y la presencia de determinantes sociales que inciden en el bienestar de la población afrodescendiente. Por este motivo, se prioriza este corregimiento para el desarrollo de acciones del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), garantizando un abordaje culturalmente pertinente y acorde con los lineamientos de enfoque diferencial étnico.

Asimismo, la presencia activa del Consejo Comunitario facilita la articulación con la comunidad, promueve la participación de las familias en la jornada y fortalece los procesos de concertación necesarios para la implementación de intervenciones de salud colectiva. De esta manera, la jornada contribuye al reconocimiento de los saberes ancestrales, la promoción de los derechos en salud y la generación de estrategias que respondan a las realidades y expectativas de esta comunidad étnica.
De esta manera, se estructuró una intervención integral y diferencial, centrada en la garantía de derechos, el reconocimiento de la diversidad y la promoción del acceso equitativo a los servicios de salud del municipio de Valledupar.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

El día 30 de octubre de 2025, a las 8:00 a. m., se desarrolló una jornada de atención en salud en el Parque principal del corregimiento de Guacochito, concertada previamente con el concejo comunitario Arcilla, Cardón y Tuna. Esta actividad se realizó en el marco de la estrategia "Salud a tu Comunidad – Valledupar Te Cuida", con el propósito de implementar los componentes del eje estratégico de atención diferencial a poblaciones vulnerables.

La jornada dio inicio con la ambientación del entorno, instalación de pendones institucionales y estaciones estratégicas de atención: EAPB: USAKAWI, NUEVA EPS, Comfacesar, Personería Municipal, Gestión Social, Sisbén, Afiliación en Salud, Vacunación felina y canina, Medicina General, y Citología (estas últimas ofrecidas desde la unidad móvil de la E.S.E. HEAD). Y el equipo básico en salud presente en el microterritorios.

La profesional referente del Área de Gestión Diferencial presentó el marco técnico del PIC 2025 y explicó su articulación con la Política de Atención Integral en Salud. Se socializó la Ruta de Atención Integral en Salud, deberes y derechos para la comunidad étnica.

A continuación, se ofertaron los servicios de salud, incluyendo:

- **SISBÉN:** orientación sobre el sistema de clasificación por grupos (A, B, C y D), beneficios y actualización de datos.
- **Afiliación en Salud:** información sobre regímenes subsidiado y contributivo, proceso de afiliación, traslado y portabilidad.
- **Vacunación canina y felina**
- **Medicina General:** 23 personas
- **Odontología:** 6 valoraciones clínicas con educación en higiene oral, detección temprana de patologías y rutas de atención.
- **Citología vaginal:** 9 mujeres en edad fértil

La jornada se desarrolló con enfoque diferencial, participación activa de actores comunitarios e institucionales, y fortalecimiento de la confianza.

ENFOQUE DIFERENCIAL

GENERO



la mayor participación corresponde al género femenino, con un total de **40** personas, equivalente a la mayoría de los asistentes. El género masculino registra 10 personas, mientras que no se reporta asistencia de personas pertenecientes a población LGTBIQ+. Esta distribución evidencia una participación predominante de mujeres, lo cual es habitual en espacios comunitarios de salud preventiva.

.

CURSO DE VIDA



en relación con el curso de vida, la asistencia se concentra en las etapas de **adultez y vejez**.

- En adultez (29 a 59 años) participan 16 personas.
- En vejez (60 años y más) se registran 21 asistentes, constituyendo el grupo etario de mayor participación.
- En juventud (18 a 28 años) asisten 9 personas.
- En adolescencia (12 a 17 años) participan 4 personas.

No se presenta registro de niños y niñas de primera infancia (0 a 5 años) ni de infancia (6 a 11 años), debido a que no contaban con documentación o autorización por parte de padres o acudientes para su inscripción,



la jornada evidencia una participación relevante de grupos con enfoque diferencial:

- La categoría víctimas del conflicto presenta 25 asistentes, constituyéndose en un grupo prioritario.
- La población **negra y afrocolombiana** registra 30 participantes, lo que refleja la identidad étnica predominante en el territorio.
- Se identifican 3 personas indígenas, lo que indica presencia intercultural en la comunidad.
- No se registra participación de población LGTBIQ+, personas ROM, personas con discapacidad ni cuidadores en esta jornada.

La Jornada de Atención Integral en Salud a la comunidad afrodescendiente desarrollada en el Parque principal del corregimiento de Guacochito, representa una buena práctica de salud pública inclusiva, enmarcada en los principios de equidad, justicia social, y enfoque diferencial.

Esta experiencia evidencia que cuando se articulan la voluntad política, el compromiso técnico y la sensibilidad humana, es posible generar acciones reparadoras que dignifican el acceso a la salud y devuelven a las personas el control sobre sus cuerpos, sus decisiones y sus vidas.

El éxito de esta jornada no radica únicamente en su ejecución técnica, sino en su capacidad para transformar imaginarios, reparar confianzas y sembrar la certeza de que la salud es un derecho sin condiciones, sin etiquetas y sin exclusiones.

REGISTRO FOTOGRAFICO

JORNADA DE ATENCION INTEGRAL EN SALUD COMUNIDAD AFRODESCENDIENTE PARQUE PRINCIPAL CORREGIMIENTO DE GUACOCHITO- 30/10/2025

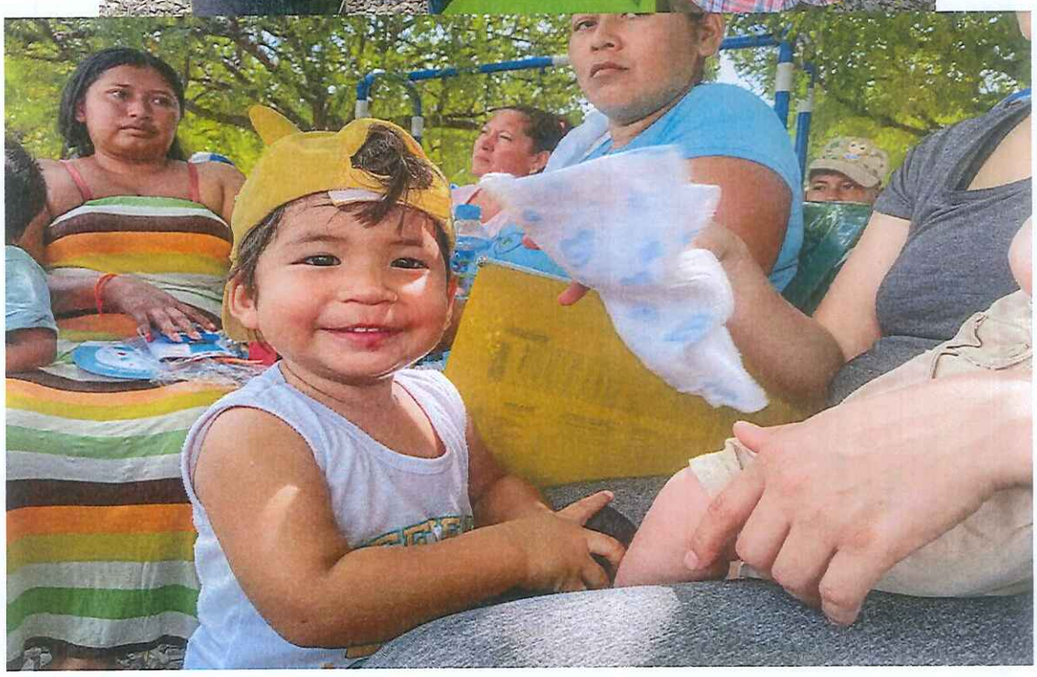




JORNADA DE ATENCION INTEGRAL EN SALUD COMUNIDAD AFRODES

CENDIENTE PARQUE PRINCIPAL CORREGIMIENTO DE GUACOCHITO- 30/10/2025





JORNADA DE ATENCION INTEGRAL EN SALUD COMUNIDAD AFRODESCENDIENTE PARQUE PRINCIPAL CORREGIMIENTO DE GUACOCHITO- 30/10/2025





JORNADA DE ATENCION INTEGRAL EN SALUD COMUNIDAD AFRODESCENDIENTE PARQUE PRINCIPAL CORREGIMIENTO DE GUACOCHITO- 30/10/2025









JORNADA DE ATENCION INTEGRAL EN SALUD COMUNIDAD AFRODESCENDIENTE PARQUE PRINCIPAL CORREGIMIENTO DE GUACOCHITO- 30/10/2025



JORNADA DE ATENCION INTEGRAL EN SALUD COMUNIDAD AFRODESCENDIENTE PARQUE PRINCIPAL CORREGIMIENTO DE GUACOCHITO- 30/10/2025

Publicaciones de la actividad en redes sociales (link de publicación).

https://www.instagram.com/p/DQrzB3AkQbi/?igsh=b25hZHJqOXdreTdt



BELKIS CORDOBA QUINTERO
COORDINADORA PIC 2025

INFORME DE ACTIVIDADES

SECRETARIA U OFICINA QUE GENERA LA NECESIDAD (RESPONSABLE DE LA ELABORACION DEL ESTUDIO PREVIO	SECRETARIA LOCAL DE SALUD DE VALLEDUPAR
CONTRATISTA	HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
NIT	824000725-0
CONTRATO INTERADMINISTRATIVO	N° 961-SGR de 2025
VALOR TOTAL DEL CONTRATO INTERADMINISTRATIVO	$2.085.000.000
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD PARA EJECUTAR LAS ACTIVIDADES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS DE LA SECRETARIA LOCAL DE SALUD DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR - AÑO 2025.
PLAZO DEL CONTRATO	9 MESES
PERIODO REPORTADO	1 DE OCTUBRE DEL 2025 AL 3O DE OCTUBRE DEL 2025
AREA	VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRANSMISIBLES
VALOR ASIGANDO EN EL AREA	$ 273.158.972

ACTIVIDAD A EJECUTAR	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	ANEXOS
1-REALIZAR VEINTIOCHO (28) INTERVENCIONES LÚDICAS PARA EL DESARROLLO DE LA ESTRATEGIA CUATRO POR CUATRO (4X4) EN LA PROMOCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE, EDUCACIÓN EN ACTIVIDAD FÍSICA, PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y TABACO CON FIN DE CONTRIBUIR CON LA PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES (ECNT) DIRIGIDAS A ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS PROGRAMADAS	Durante este periodo de ejecución se realizaron CINCO (5) intervenciones lúdicas. La cual se desarrolló la segunda intervención en la IE ALFONSO ARAUJO COTES y luego primera y segunda intervención en las I.E RICARDO GONZALEZ Y SUAREZ ORCASITA, teniendo en cuenta que la ficha contempla 2 por institución educativo en los grados sexto y séptimo. Esto con el objetivo de contribuir al fortalecimiento de entornos saludables mediante la implementación de estrategia lúdicas y participativas que promuevan estilos de vida saludable, a través de actividades dinámicas como la estrategia "corre para ganar".	Acta de concertación con la secretaria local de salud **(9/05/2025)** -Planeación metodológica Cronograma -Acta de concertación con actores sociales **(I.E) ALFONSO ARAUJO COTES (07/10/2025)** -Acta de ejecución de la intervención lúdica **(16/10/2025)** -Listado de asistencia de la intervención lúdica -Certificado de la I.E Acta de concertación con actores sociales **(I.E) EDUARDO SUAREZ ORCASITA (07/10/2025)** -Acta de ejecución de la intervención lúdica **(21/10/2025) (22/10/2025)** -Listado de asistencia de la intervención lúdica -Certificado de la I.E Acta de concertación con actores sociales **(I.E) RICARDO GONZALEZ (07/10/2025)** -Acta de ejecución de la intervención lúdica **(20/10/2025) (23/10/2025)** -Listado de asistencia de la intervención lúdica -Certificado de la I.E -piezas publicitarias.

		- Informes ((tiene incluido el consolidado de enfoque diferencia y link de actividades publicadas)
1-REALIZAR CUATRO (4) CONMEMORACIONES PARA ORIENTAR, GENERAR CULTURA DE AUTOCUIDADO Y MANEJO: (1) DÍA MUNDIAL SIN TABACO, (1) DÍA INTERNACIONAL DE LUCHA CONTRA EL CÁNCER DE MAMA, (1) DÍA MUNDIAL DE LA PREVENCIÓN DEL ACV Y (1) DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES.	Durante este periodo se realizaron DOS (2) conmemoraciones: **DIA INTERNACIONAL DE LA LUCHA CONTRA EL CANCER DE MAMA,** con el objetivo de promover en individuos familias y comunidades la construcción de criterios propio y la adopción de prácticas concretas que permitan actuar con autonomía en la búsqueda de la salud y la mejora de la calidad de vida tanto a nivel individual como colectivo, a partir de la adopción de habitos de autocuidado, fomentando la prevención y detección temprana de la enfermedad y fortaleciendo una cultura de responsabilidad y manejo integral de la salud en la población. **DIA MUNDIAL DE LA PREVENCION DEL ACV,** cuyo objetivo es promover la prevención del Accidente Cerebrovascular (ACV) mediante estrategias de información en salud, orientadas a fomentar el autocuidado y la adopción de estilos de vida saludable que contribuyan a mejorar la salud y la calidad de vida de la población del municipio de Valledupar.	**DIA INTERNACIONAL DE LA LUCHA CONTRA EL CANCER DE MAMA** -Actas de concertación con la secretaria local de salud **(17/10/2025)** -Planeación metodológica Cronograma -Acta de concertación con actores sociales **(17/10/2025)** **(17/10/2025)** -Acta de ejecución de actividades lúdica (tiene incluido el consolidado de enfoque diferencial) **(24/10/2025)** -Listado de asistencia de la jornada lúdica -Piezas publicitarias. Informes de ejecución de actividades (tiene incluido el consolidado de enfoque diferencia y link de actividades publicadas) **DIA MUNDIAL DE LA PREVENCION DEL ACV** -Actas de concertación con la secretaria local de salud **(20/10/2025)** -Planeación metodológica Cronograma -Acta de concertación con actores sociales **(10/10/2025)** -Acta de ejecución de actividades lúdica (tiene incluido el consolidado de enfoque diferencial) **(30/10/2025)** -Listado de asistencia de la jornada lúdica -Piezas publicitarias. Informes de ejecución de actividades (tiene incluido el consolidado de enfoque diferencia y link de actividades publicadas)

BELKIS CORDOBA QUINTERO
COORD. PIC
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

SECRETRARIA LOCAL DE SALUD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2025

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO DE PRESTACION DE SERVICIOS DE SALUD NUMERO 961-SGR de 2025

OBJETO CONTRACTUAL: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD PARA EJECUTAR LAS ACTIVIDADES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS DE LA SECRETARIA LOCAL DE SALUD DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR - AÑO 2025.

FECHA DE EJECUCION: DEL 1 DE OCTUBRE AL 30 DE OCTUBRE DEL 2025

DIMENSION PDSP	DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD	COMPPONENTE OPERATIVO	VALOR PROGRAMADO	CANTIDAD PROGRAMADA	ACTIVIDADES EJECUTADAS MES			EFECTIVIDAD DE EJECUCION		ACUMULADO DE EJECUCION			ACTIVIDADES POR EJECUTAR		
					No. DE ACTIVIDAD EJECUTADA MES	VALOR DE LA ACTIVIDAD MES	% DE EJECUCION MES	TOTAL ACTIVIDADES APROBADAS	VALOR TOTAL ACTIVIDADES APROBADAS	TOTAL ACTIVIDADES EJECUTADAS- Acumulado	VALOR TOTAL EJECUTADO - Acumulado	% DE EJECUCION ACUMULADO	No. DE ACTIVIDADES PENDEINTES	VALOR TOTAL POR EJECUTAR	% POR EJECUTAR
Vida saludable y condiciones no transmisibles	Realizar cuatro (4) conmemoraciones en el marco del día mundial sin tabaco, Día Internacional de lucha contra el Cáncer de Mama, día Mundial de la Prevención del ACV y día Mundial de la Diabetes.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 52.189.743,00	4	2	$ 26.094.871,50	50%	2	$ 26.094.871,50	3	$ 39.142.307,25	75%	1	$ 13.047.435,75	25%
	Realizar una (1) Conmemoración de la semana de hábitos y estilos de vida saludable, por medio de actividades física musicalizada, lúdicas, pedagógicas y académicas. Contempla acciones durante toda la semana de acuerdo a los lineamientos del ministerio de la salud y protección social. En área urbana del municipio de Valledupar	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 34.189.743,00	1	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	1	$ 34.189.743,00	100%	0	$ 0,00	0%
	Realizar veintiocho (28) intervenciones lúdicas para el desarrollo de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) en la promoción de alimentación saludable, educación en actividad física, prevención del consumo de alcohol y tabaco con fin de contribuir con la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) dirigidas a estudiantes de las Instituciones Educativas programadas	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 32.189.743,00	28	5	$ 5.748.168,39	18%	5	$ 5.748.168,39	28	$ 32.189.743,00	100%	0	$ 0,00	0%
	Realizar veintiocho (28) intervenciones lúdicas para el desarrollo de la estrategia soy sonriente entorno educativo saludable, con la participación de estudiantes de instituciones educativas del municipio con ubicación en zona urbana, de acciones para la promoción del componente en salud oral.	Plan de Intervenciones Colectivas - PIC	$ 32.189.743,00	28	0	$ 0,00	0%	0	$ 0,00	23	$ 26.441.574,61	82%	5	$ 5.748.168,39	18%
TOTAL									$ 31.843.039,89						

ELBA USTARIZ MARTINEZ
Gerente
E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

NANCY TAMAYO MORÓN
Supervisor PIC Vigencia 2025
Supervisor

BELKIS CORDOBA QUINTERO
Profesional - Apoyo coord. PIC 2025

AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLE

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO No 961-SGR DE 2025

FECHA DE INFORME 01/10/2025 – 30/10/2025

AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLE

ACTA DE CONCERTACION CON EL LIDER DEL AREA DE LA SECRETARIA LOCAL DE SALUD

COORDINA

ÁREA:	AREA VIDA SALUDABLE CONDICIONES NO TRASMISIBLES PIC 2025						
LUGAR:	SECRETARÍA LOCAL DE SALUD	**FECHA**	9/5/2025	**HORAINICIO**	9: 30 AM		
				HORAFINAL	10:30 AM		
TIPO DE ACTIVIDAD:	**JORNADAS**		**REUNION**		**CONCERTACION**	x	**CARACTERIZACION**
	Reunión		**Capacitación**		**Otra/cual:**		
TEMA:	Concertación del plan metodológico e implementación de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida.						
OBJETIVO:	Concertar el desarrollo de las actividades contempladas en la estrategia cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida, correspondientes al área vida saludable condiciones no trasmisibles, en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Valledupar, vigencia 2025.						
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.						

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

A las 9:30 a.m. del 9 de mayo del presente año, se lleva a cabo una reunión en las instalaciones de la Secretaría Local de Salud, previa concertación. En dicha reunión participaron la Coordinadora Candy Suarez Albor del are Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles de la Secretaría Local de Salud, Liz Berrio barriga referente del área vida saludable condiciones no trasmisibles y Ofelia Anillo auditora de la SLS y por parte del Hospital Eduardo Arredondo Daza, la referente Kely Peña y Belkis Córdoba coordinadora general. El propósito de la reunión fue socializar la planeación metodológica de la estrategia "Cuatro por Cuatro (4x4) Salud al Cole - Valledupar Te Cuida" y acordar su adecuada implementación.

Se presentó y socializó la metodología a implementar en la estrategia "4x4 Salud al Cole – Valledupar te cuida", detallando las instituciones educativas donde se llevarán a cabo las jornadas de orientación por trimestre, así como el enfoque metodológico que se aplicará. Asimismo, se expusieron las actividades lúdicas dirigidas a los estudiantes. Posteriormente, tras la socialización, se acordaron los siguientes puntos:

1. Especificar en la planeación metodológica la distribución de las orientaciones en las instituciones educativas, dividida por trimestres.
2. Corregir la segunda orientación en cuanto a la temática, incorporando un enfoque más detallado sobre los factores protectores y de riesgo de las enfermedades cardiovasculares y metabólicas.
3. En la segunda orientación, tener en cuenta el lema del lineamiento del Día Mundial sin Tabaco 2025, "Desenmascaremos su atractivo", en relación con la temática del tabaco.

A continuación, se adjunta la planeación metodológica presentada y aprobada por la coordinadora Candy Suarez Albor del área de la Secretaría de Salud Municipal.

La jornada de concertación finalizó a las 10:30 a.m., habiéndose pactado los siguientes compromisos a seguir:

COMPROMISOS

No.	Tarea/actividad	Responsable	Fecha de compromiso
1	Ajustar las observaciones realizadas a la planeación metodológica de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA	INMEDIATO

2	Compartir la planeación metodológica de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole-Valledupar te cuida	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA	INMEDIATO

REGISTROS FOTOGRAFICOS





RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo /cedula	REFERENTE DEL AREA VISA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES / CC 1067711131		
VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**CARGO/ENTIDAD**	**Número de Cédula**	**Firma**
	CANDY SUAREZ ALBOR	COORD.AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES - SLS	Candy Suárez 49780672	Candy Suárez A.
	LIZ BERRIO BARRIGA	REFERENTE.AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES - SLS	49.791853	Liz Berrio B
	OFELIA ANILLO	AUDITORA - SLS	33206769	Ofelia Anillo G.
	KELY PEÑA VIGOYA	REFERENTE.AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES - PIC-HEAD	1067.711.131	Kely Peña
	BELKIS CORDOBA QUINTERO	COORD DEL PIC VIGENCIA 2025 – HEAD	49695168	
ANEXO	NO APLICA			

AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLE

PLANEACIÓN METODOLOGICA

PRIMERA Y SEGUNDA INTERVENCIÓN

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

EJE ESTRATEGICO: ATENCION PRIMARIA EN SALUD-AREA-VIDA SALUDABLE CONDICIONES NO TRASMISIBLES

PLANEACIÓN METODOLÓGICA

CUATRO POR CUATRO (4X4) SALUD AL COLE- VALLEDUPAR TE CUIDA

OBJETIVO		Contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable.
Indicadores	**Resultado Asociado**	Disminuir a 374 la mortalidad prematura por ENT en la población de 30 a 70 años
	Producto Asociado	Realizar cuatro (4) estrategia para el abordaje de las enfermedades no transmisibles y la salud bucal, visual y auditiva en el marco de la atención primaria en salud
Nombre de la Actividad		Realizar veintiocho (28) intervenciones lúdicas para el desarrollo de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) en la promoción de alimentación saludable, educación en actividad física, prevención del consumo de alcohol y tabaco con fin de contribuir con la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) dirigidas a estudiantes de las Instituciones Educativas programadas.
Descripción de la actividad		Previa concertación con el líder de la secretaria de local de salud y con las directivas de las Instituciones Educativas, se llevará cabo **la primera orientación** de la estrategia 4X4 en 14 instituciones educativas distribuidas de la siguiente manera: **En el segundo trimestre comprendido entre el mes de mayo y junio se abordará 7 instituciones educativas en el trimestre:** 1. Institución educativa francisco molina Sánchez 2. Institución educativa Leónidas acuña 3. Institución educativa Manuel German Cuello Gutiérrez 4. Institución educativa nuestra Señora De Fátima 5. Institución educativa Nelson Mándela 6. Institución educativa Rafael Valle Meza 7. institución educativa césar Pompeyo Mendoza Hinojosa **Durante el tercer trimestre entre julio, agosto y septiembre se intervendrán 5 instituciones educativas.** 1. Institución educativa Alfonso Araujo cotes 2. Institución educativa Joaquín Ochoa maestre 3. Institución Educativa Oswaldo Quintana Quintana 4. Institución educativa técnico Milcíades Cantillo Costa 5. institución educativa Técnico Upar **Durante el cuarto trimestre comprendido entre los meses octubre y noviembre de orientaran 2 instituciones educativas**. 1. Institución Educativa Eduardo Suarez Orcasitas 2. Institución Educativa Ricardo González **Teniendo en cuenta la anterior distribución de las instituciones educativas por trimestre, durante la ejecución de la estrategia 4x4, se realizarán en total 14 intervenciones con la primera orientación.** **DESARROLLO DE LA PRIMERA ORIENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA 4X4:** Daremos apertura a esta jornada con una cálida bienvenida a todos los asistentes, seguida de la presentación del equipo responsable de liderar el área de **Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles**, cuya labor resulta fundamental en la promoción de entornos propicios para el bienestar integral. Posteriormente, se brindará una explicación detallada sobre el **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)**, el cual constituye un convenio administrativo formalizado entre el **Hospital Eduardo Arredondo Daza** y la **Secretaría local de Salud**, bajo la coordinación de la administración del señor alcalde de Valledupar, **Ernesto Orozco**. Este plan tiene como finalidad la ejecución de estrategias orientadas a mejorar la

calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud.

Acto seguido, se invitará a los participantes a adoptar una posición cómoda para dar inicio a nuestro encuentro con una oración dirigida a Dios, realizada en un marco de respeto absoluto por la diversidad de creencias y convicciones personales.
De manera anticipada, el equipo de logística habrá dispuesto cuidadosamente el espacio físico, incluyendo la instalación de un pendón institucional con los logotipos oficiales y elementos visuales que hacen alusión a la temática central de la jornada.

Finalmente, se procederá a la socialización del objetivo general de la actividad, el cual consiste en Contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable.
Como estrategia de activación y cohesión grupal, se realizará una dinámica rompehielos basado en la canción "Pez Tiburón" (ver video). Los participantes deberán seguir las instrucciones del monitor, cantando e imitando sus movimientos, lo cual permitirá generar un ambiente dinámico, motivador y receptivo para las actividades posteriores.

https://youtu.be/F8sFFTJgyqw?si=mk4etSktnSWO3x5D.
Esto con el fin de motivarlos a estar atentos y participativos en las actividades planeadas.

Desarrollo Temático
Hábitos Saludables
Los hábitos saludables son comportamientos adoptados de manera consciente que contribuyen al desarrollo integral y al bienestar físico, mental y social del individuo, sin atentar contra su integridad. Entre estos, se destacan:

- Alimentación balanceada y consciente
- Práctica regular de actividad física

El objetivo fundamental es empoderar a los participantes para prevenir afecciones de salud y actuar de manera proactiva ante posibles situaciones de riesgo.



Alimentación Saludable
Una alimentación saludable es aquella que proporciona todos los nutrientes esenciales y la energía necesaria para el funcionamiento óptimo del organismo. Esta debe ser equilibrada, completa y variada, garantizando:

8. Mantenimiento del estado de salud general
9. Prevención de enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión y enfermedades cardíacas
10. Adecuado funcionamiento de los sistemas corporales
11. Mejora del proceso digestivo y de la función intestinal
12. Conservación de un estado físico óptimo

Grupos de Alimentos Recomendados:
13. **Frutas y verduras:** ricas en vitaminas, minerales y antioxidantes; favorecen el sistema inmunológico y la salud digestiva.
14. **Cereales y granos integrales:** fuente de energía sostenible, fundamentales para una dieta balanceada.
15. **Proteínas:** esenciales para la regeneración y mantenimiento de los tejidos corporales, presentes en carnes magras, pescados, huevos, legumbres y frutos secos.
16. **Lácteos:** aportan calcio y vitamina D, necesarios para la salud ósea.

Alimentos cuyo consumo debe ser moderado o reducido
Es igualmente importante limitar la ingesta de ciertos productos que, si bien pueden ser de consumo habitual en la dieta moderna, contribuyen negativamente a la salud cuando se consumen en exceso:
Alimentos ultraprocesados: Como snacks empaquetados, comidas rápidas, embutidos y productos con conservantes artificiales. Suelen contener altos niveles de sodio, azúcares añadidos, grasas trans y aditivos químicos.



Bebidas azucaradas: Incluyendo gaseosas, jugos artificiales y bebidas energéticas, las cuales aportan

calorías vacías y aumentan el riesgo de desarrollar enfermedades como diabetes tipo 2 y obesidad.
Dulces y productos de panadería industrial: Su consumo excesivo puede provocar desequilibrios en los niveles de glucosa y favorecer el aumento de peso.
Grasas saturadas y trans: Presentes en frituras, margarinas industriales y productos de pastelería, se asocian con un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Importancia de Promover la Actividad Física y la Movilidad Activa
Fomentar la actividad física y la movilidad activa (como caminar o usar la bicicleta en lugar de vehículos motorizados) es fundamental para construir comunidades más saludables. Esta promoción debe iniciar desde la infancia y mantenerse durante toda la vida, ya que previene enfermedades, fortalece las relaciones sociales y mejora la calidad de vida. Las instituciones educativas, los entornos laborales y los gobiernos locales tienen un rol determinante en la creación de espacios que favorezcan esta práctica diaria.



Que es la actividad física y cuáles son los riesgos Asociados a la Inactividad Física
La actividad física es cualquier movimiento del cuerpo que te hace gastar energía, como correr, saltar, bailar o jugar.".
La falta de movimiento, también conocida como sedentarismo, puede tener consecuencias graves para la salud:



Obesidad y sobrepeso: Resultados de un desequilibrio entre la energía consumida y la energía gastada. Ambas condiciones elevan el riesgo de enfermedades metabólicas y cardiovasculares.
Estrés psicosocial: La inactividad física reduce la producción de neurotransmisores asociados al bienestar emocional, lo que puede agravar cuadros de ansiedad, depresión y tensión social o familiar.
Disminución de la capacidad funcional: Con el tiempo, la falta de actividad debilita los músculos, reduce la flexibilidad, la resistencia y la capacidad cardiorrespiratoria.

Comprender el Concepto de Peso Saludable
Tener un peso saludable no significa solo ver un número en la balanza. Es más bien tener un buen equilibrio entre grasa, músculo y agua en el cuerpo, comer bien y hacer ejercicio con regularidad. Para mantener un peso saludable, es importante tener buenos hábitos, estar atentos a los cambios en nuestro cuerpo y buscar ayuda de profesionales si lo necesitamos
Estrategias para mantener un peso saludable:

17. Alimentación equilibrada y consciente.
18. Incorporación de actividad física moderada a intensa, de manera habitual.
19. Descanso adecuado y manejo del estrés.
20. Evitar el consumo de alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas.
21. Autoevaluación periódica del estado de salud con el acompañamiento de personal médico.

Recomendaciones de Actividad Física Según el Curso de Vida
Cada etapa del ciclo vital requiere una cantidad y tipo de actividad física específica para promover el desarrollo integral:

22. Niños y adolescentes (5-17 años): Al menos 60 minutos diarios de actividad física moderada a vigorosa. Se recomienda incluir ejercicios aeróbicos, así como actividades que fortalezcan huesos y músculos, tres veces por semana.
23. Adultos (18-64 años): Un mínimo de 150 a 300 minutos semanales de actividad física moderada, o 75 a 150 minutos si es de intensidad vigorosa, distribuidos a lo largo de la semana.
24. Adultos mayores (65 años en adelante): Además de cumplir con las recomendaciones anteriores, deben incorporar actividades que favorezcan el equilibrio y prevengan caídas, así como ejercicios de fuerza muscular.

Actividad Lúdica Educativa: "Corre para Ganar"
Objetivo: Reforzar los conocimientos sobre hábitos de vida saludable mediante una dinámica lúdica que promueva la actividad física, el trabajo en equipo y la clasificación consciente de prácticas saludables, moderadas y no recomendadas.

Instrucciones: Se implementará la estrategia 4x4 a través de la actividad lúdica **"Corre**

para Ganar", en la cual se conformarán dos equipos de dos estudiantes por cada grado (sexto y séptimo) La dinámica incluye un circuito de obstáculos con conos y aros hula-hula.
Al sonar la señal de inicio, el primer integrante de cada grupo iniciará el recorrido atravesando los obstáculos hasta llegar a un punto donde se encuentra una caja, deberá meter la mano rápidamente, coger una tarjeta, al sacarla y ver el color de la tarjeta (roja. Amarilla o verde) deberá clasificar correctamente unas fichas que estarán en una mesa, teniendo en cuenta los hábitos que debemos tener una buena salud según el color asignado, al terminar deberá regresarse hasta el punto de inicio y darle paso al segundo participante, quien repetirá el mismo circuito, revisar si su compañero organizo bien las fichas y de igual manera regresarse al punto de partida, el equipo ganador será aquel que complete la actividad en el menor tiempo y con la clasificación correcta de las tarjetas.

25. Tarjetas Rojas: Representan hábitos no saludables que deben evitarse o minimizarse significativamente. Estos incluyen el consumo frecuente de alimentos ultra procesados, bebidas azucaradas, el sedentarismo y la inactividad física. Estos comportamientos están directamente relacionados con el aumento del riesgo de enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las afecciones cardiovasculares.
26. Tarjetas Amarillas: Corresponden a hábitos o alimentos que deben ser practicados o consumidos con moderación. Aunque no son nocivos por sí mismos, su uso excesivo puede derivar en consecuencias negativas para la salud. En esta categoría se incluyen, por ejemplo, los carbohidratos simples, los productos lácteos enteros y el uso de sal y aceites en exceso.
27. Tarjetas Verdes: Identifican hábitos y alimentos que deben ser promovidos e integrados de forma habitual en la vida diaria, ya que favorecen el bienestar físico y mental. Aquí se destacan el consumo de frutas y verduras, la práctica regular de actividad física, la hidratación adecuada, el descanso reparador y el cuidado emocional.



La dinámica "CORRE PARA GANAR", no solo busca fomentar la actividad física y el trabajo en equipo, sino también afianzar el conocimiento adquirido de manera lúdica y significativa, facilitando su aplicación práctica en el día a día de los estudiantes.

Se utilizará pendón que contiene la información relevante del tema:

RECURSOS:

28. video beam
29. Diapositivas
30. Computador
31. Sonido
32. Micrófono
33. 28 incentivo o detalles (dos por IE)
34. 170 lista de asistencia
35. actas
36. 25 ula ula
37. 15 conos
38. Figuras alusivas a hábitos saludables, Hábitos No saludables e importancia de ejercitarse.
39. Caja decorada
40. 3 fichas (1 rojas, 1 a amarillas, 1 verdes)
41. 2 asistentes de Logística
42. Pendón araña

Elaboro: kely Dulfay Peña Vigoya referente del área vida saludable y condiciones no trasmisibles PIC
Aprobó: Candy Suarez albor coordinadora área vida saludable y condiciones no trasmisibles de la secretaria local de salud.

SECRETARIA LOCAL DE SALUD		
EJE ESTRATEGICO: ATENCION PRIMARIA EN SALUD-AREA-VIDA SALUDABLE CONDICIONES NO TRASMISIBLE		
PLANEACIÓN METODOLÓGICA		
CUATRO POR CUATRO (4X4) SALUD AL COLE- VALLEDUPAR TE CUIDA		
Objetivo		Contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable.
Indicadores	**Resultado Asociado**	Disminuir a 374 la mortalidad prematura por ENT en la población de 30 a 70 años
	Producto Asociado	Realizar cuatro (4) estrategia para el abordaje de las enfermedades no transmisibles y la salud bucal, visual y auditiva en el marco de la atención primaria en salud
Nombre de la Actividad		Realizar veintiocho (28) intervenciones lúdicas para el desarrollo de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) en la promoción de alimentación saludable, educación en actividad física, prevención del consumo de alcohol y tabaco con fin de contribuir con la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) dirigidas a estudiantes de las Instituciones Educativas programadas.
Descripción de la actividad		Previa concertación con el líder de la secretaria de local de salud y con las directivas de las Instituciones Educativas, se llevará cabo la **segunda orientación** de la estrategia 4X4 en 14 instituciones educativas distribuidas de la siguiente manera: **En el segundo trimestre comprendido entre el mes de mayo y junio se abordará las 7 instituciones educativas:** 1. Institución educativa francisco molina Sánchez 2. Institución educativa Leónidas acuña 3. Institución educativa Manuel German Cuello Gutiérrez 4. Institución educativa nuestra Señora De Fátima 5. Institución educativa Nelson Mándela 6. Institución educativa Rafael Valle Meza 7. institución educativa césar Pompeyo Mendoza Hinojosa **Durante el tercer trimestre entre julio, agosto y septiembre se abordarán 4 instituciones educativas.** 1. Institución educativa Alfonso Araujo cotes 2. Institución educativa Joaquín Ochoa maestre 3. Institución Educativa Oswaldo Quintana Quintana 4. Institución educativa técnico Milcíades Cantillo Costa **En el cuarto trimestre comprendido entre los meses de octubre y noviembre se orientará a 3 instituciones educativas** 1. Institución Educativa Eduardo Suarez Orcasitas 2. Institución Educativa Ricardo González 3. institución educativa Técnico Upar **Teniendo en cuenta la anterior distribución de las instituciones educativas por trimestre, durante el la ejecución de la estrategia 4x4, se realizarán en total 14 instituciones educativas con la segunda orientación.** **DESARROLLO DE LA SEGUNDA ORIENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA 4X4:** Daremos apertura a esta jornada con una cálida bienvenida a todos los estudiantes, seguida de la presentación del equipo responsable de liderar el área de **Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles**, cuya labor resulta fundamental en la promoción de entornos propicios para el bienestar integral. Posteriormente, se brindará una explicación detallada sobre el **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC)**, el cual constituye un convenio administrativo

formalizado entre el **Hospital Eduardo Arredondo Daza** y la **Secretaría local de Salud**, bajo la coordinación de la administración del señor alcalde de Valledupar, **Ernesto Orozco**. Este plan tiene como finalidad la ejecución de estrategias orientadas a mejorar la calidad de vida de la población a través de acciones colectivas en salud.

Acto seguido, se invitará a los participantes a adoptar una posición cómoda para dar inicio a nuestro encuentro con una oración dirigida a Dios, realizada en un marco de respeto absoluto por la diversidad de creencias y convicciones personales.
De manera anticipada, el equipo de logística habrá dispuesto cuidadosamente el espacio físico, incluyendo la instalación de un pendón institucional con los logotipos oficiales y elementos visuales que hacen alusión a la temática central de la jornada.

Finalmente, se socializará los temas a desarrollar como son la importancia de los hábitos saludables, el no consumo de alcohol, tabaco, sustancia psicoactiva, los cuidados de la visión, factores protectores y factores de riesgo, signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas para su detección oportuna, HTA, diabetes, Infarto agudo de miocardio, cuyo objetivo de la orientación consiste en contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable.

Desarrollo Temático

QUE LOS HÁBITOS SALUDABLES: Los hábitos saludables son comportamientos y decisiones que cuidamos en nuestra vida diaria para mantenernos física y mentalmente sanos, Esto incluye:

- No consumir alcohol, tabaco, ni sustancias psicoactivas
- Cuidado con la visión
- Reconocer factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares y metabólicas.

Estos hábitos no solo mejoran la calidad de vida, sino que ayudan a prevenir enfermedades desde temprana edad.

NO CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS
El no consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas es un pilar fundamental para proteger la salud física, mental y emocional, especialmente durante la adolescencia, una etapa clave de desarrollo. Estas sustancias, aunque a veces presentadas como atractivas o inofensivas, pueden generar adicción, afectar el rendimiento escolar, las relaciones personales y causar daños graves al organismo. Por eso, es importante conocer sus efectos, riesgos y las formas de prevenir su uso

¿Qué hay detrás?:

- Enfermedades graves (como cáncer, daño pulmonar o cirrosis).
- Adicción y pérdida del control.
- Problemas familiares, escolares y sociales.
- Riesgos de accidentes, peleas o decisiones peligrosas.

Frase para reflexionar:
"Lo que parece moda hoy puede dejarte cicatrices para toda la vida."

TABACO Y SUS DERIVADOS



El tabaco y sus derivados, como los cigarrillos, vapeadores y tabaco en polvo, contienen sustancias altamente adictivas que dañan los pulmones, el corazón y otros órganos del cuerpo. Aunque a veces se presentan como inofensivos o "modernos", especialmente los vapeadores, su uso puede causar enfermedades graves desde edades tempranas. Por eso, es importante que los adolescentes conozcan sus riesgos reales y tomen decisiones informadas para cuidar su salud y bienestar.

Lema día mundial sin tabaco 2025: "Desenmascarando el atractivo"

Efectos nocivos del tabaco y sus derivados (incluyendo vapeadores)

Tabaco tradicional:

- Causa cáncer de pulmón, garganta y boca.
- Provoca enfermedades respiratorias crónicas.
- Aumenta el riesgo de infarto y derrame cerebral.

Vapeadores (cigarrillos electrónicos):

- Aunque parecen inofensivos, también contienen nicotina y otras sustancias químicas peligrosas.
- Dañan los pulmones, afectan el cerebro en desarrollo y generan adicción.
- Muchos jóvenes terminan usando cigarrillos comunes tras empezar con el vapeo.

ALCOHOL Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS



El alcohol y las sustancias psicoactivas son sustancias que afectan el funcionamiento del cerebro y pueden cambiar cómo pensamos, sentimos o actuamos. El alcohol es una droga legal que, consumida en exceso, puede causar adicción, problemas de salud y accidentes. Las sustancias psicoactivas incluyen drogas como la marihuana, la cocaína o el éxtasis, y su consumo puede provocar graves daños físicos, mentales y sociales, especialmente en los adolescentes.

Alcohol en la adolescencia:

- Afecta el desarrollo del cerebro.
- Baja el rendimiento escolar.
- Aumenta los accidentes y violencia.
- Puede llevar a la dependencia en el futuro.

Sustancias psicoactivas ilegales (como marihuana, cocaína, éxtasis, etc.):

- Afectan la memoria, la concentración y el estado de ánimo.
- Pueden causar paranoia, ansiedad o depresión.
- Generan adicción y destruyen relaciones personales.

DERECHOS EN SALUD DE LOS ADOLESCENTES



Tú tienes derecho a:

- Recibir información clara y veraz sobre tu salud.
- Ser atendido con respeto, sin ser juzgado.
- Acceder a servicios de orientación y tratamiento si tienes dudas o ya estás enfrentando un problema con el consumo.

Programas y servicios de ayuda disponibles

En los centros de salud hay programas gratuitos para:

- Prevenir el consumo desde edades tempranas.
- Dejar el cigarrillo, vapeadores o alcohol, con ayuda profesional.
- Atención psicológica y médica si ya hay consumo o dependencia.

Puedes acercarte al centro de salud más cercano o preguntar en tu institución educativa sobre campañas y espacios de apoyo.



MECANISMOS PARA LA PROTECCION DE LA RADIACION SOLAR PARA MANTENER UNA BUENA SALUD OCULAR O DE LOS OJOS

Proteger tus ojos de la radiación solar es fundamental para preservar una buena salud visual. A continuación, te comparto algunas recomendaciones esenciales:

Uso de gafas de sol adecuadas: Elige gafas de sol que ofrezcan una protección del 100% contra los rayos ultravioleta, tanto UV-A como UV-B. Este tipo de lentes contribuyen significativamente a prevenir afecciones oculares graves, como las cataratas o ciertos tipos de cáncer ocular.

Sombreros y vestimenta protectora: Complementa el uso de gafas con sombreros de ala ancha, que ayudan a resguardar los ojos, el rostro y el cuello de la exposición directa al sol. Además, utiliza prendas que cubran la piel para minimizar el contacto con los rayos solares.

Evita la exposición en horas críticas: Limita tu exposición al sol entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde, periodo en el que la radiación ultravioleta alcanza sus niveles más altos. Si necesitas estar al aire libre durante estas horas, asegúrate de tomar las medidas necesarias para proteger adecuadamente tus ojos.

EFECTOS DE LA EXPOSICIÓN A PANTALLAS

Exposición a fuentes de luz artificial: efectos en la salud y estrategias de prevención

En la actualidad, el estilo de vida de muchos adolescentes incluye una exposición prolongada a fuentes de luz artificial, como pantallas de dispositivos electrónicos. Esta tendencia, aunque habitual, conlleva riesgos que es importante conocer para poder prevenir o minimizar sus efectos sobre la salud.



A nivel cutáneo, la luz artificial puede desencadenar procesos de *estrés oxidativo*, alterando la hidratación natural de la piel y comprometiendo su integridad. Estos efectos pueden traducirse en un aumento de la pigmentación, pérdida de elasticidad y un envejecimiento prematuro.

En cuanto a la salud visual, la exposición constante puede provocar desde *fatiga ocular* hasta acelerar la aparición de trastornos degenerativos propios del envejecimiento, como la degeneración macular, afectando la calidad de vida visual desde etapas tempranas.

En el ámbito neurológico y hormonal, este tipo de radiación interfiere con la producción de melatonina, una hormona clave en la regulación del sueño. Su alteración puede derivar en dificultades para conciliar el sueño, insomnio y otros trastornos que impactan negativamente tanto en el bienestar físico como en el rendimiento académico y emocional.

Por estas razones, es fundamental concienciar sobre el uso responsable de dispositivos electrónicos, establecer rutinas saludables y adoptar medidas de protección que favorezcan el equilibrio entre tecnología y salud.

Como parte de las estrategias para mitigar los efectos negativos de la exposición prolongada a la luz artificial, se recomienda la práctica regular de ejercicios visuales, los cuales ayudan a reducir la fatiga ocular, mejorar el enfoque y relajar los músculos de los ojos.

Estas acciones pueden complementar las intervenciones a las que toda persona tiene derecho en el marco del Sistema General de Seguridad Social en Salud, el cual contempla programas de promoción, prevención y atención integral en salud visual. Para acceder a estos servicios, es importante afiliarse al sistema, realizar controles médicos periódicos y acudir a las instituciones prestadoras de servicios de salud (IPS), donde se puede recibir orientación, evaluación y tratamiento por parte de

profesionales especializados. Estas medidas no solo contribuyen al cuidado de la visión, sino también al bienestar general y a un desarrollo saludable en la etapa adolescente.

RECONOCIMIENTO DE FACTORES PROTECTORES Y FACTORES DE RIESGO, SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES Y METABÓLICAS

¿Qué son los *factores protectores*?



Son hábitos o acciones que ayudan a **mantener tu corazón y cuerpo sanos**. Actúan como un "escudo" que te protege de enfermedades.

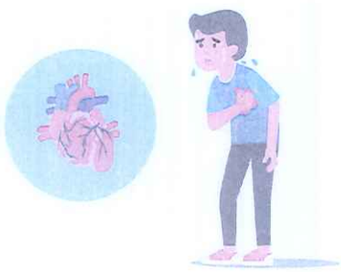
Ejemplos:

- Hacer actividad física con frecuencia (jugar, caminar, bailar, montar en bici).
- Comer frutas, verduras y alimentos naturales.
- Dormir bien.
- Evitar el cigarrillo, el alcohol y otras sustancias.
- Mantener buenas relaciones con familia y amigos.
- Controlar el estrés.

¿Y los *factores de riesgo*?

Son conductas o condiciones que **aumentan las probabilidades de enfermarte**, sobre todo del corazón o del metabolismo (como el azúcar en sangre).

Ejemplos:



- Comer mucha comida chatarra y bebidas azucaradas.
- No hacer ejercicio.
- Fumar o estar cerca de quienes fuman.
- Estar siempre estresado o triste.
- Tener sobrepeso u obesidad.
- Tener familiares con enfermedades del corazón o diabetes.

ENFERMEDADES QUE DEBEMOS CONOCER

1. Hipertensión Arterial (HTA)

- Es cuando la presión con la que la sangre pasa por las arterias es muy alta.
- **Síntomas comunes:** dolor de cabeza, mareo, visión borrosa, pero muchas veces **no da síntomas**, por eso se le llama "enemigo silencioso".
- Se detecta **midiendo la presión arterial**.

2. Diabetes



- Es cuando el cuerpo tiene **demasiada azúcar en la sangre** porque no puede usarla bien.
- **Síntomas:** mucha sed, ganas de orinar a cada rato, cansancio, hambre excesiva y pérdida de peso sin razón.
- Se detecta con **exámenes de sangre**.



3. Infarto agudo de miocardio (ataque al corazón)

- Es cuando una parte del corazón **deja de recibir sangre** por una obstrucción en las arterias.
- **Síntomas:** dolor fuerte en el pecho que puede pasar al brazo o a l cuello, dificultad para respirar, sudor frío, náuseas.



4. Accidente cerebrovascular (ACV)

- Es cuando una parte del cerebro **deja de recibir sangre**.
- **Síntomas:** pérdida repentina del equilibrio,

dificultad para hablar o mover una parte del cuerpo, rostro torcido, visión doble.

¿Por qué es importante conocer esto desde ahora?
Porque lo que hacemos desde jóvenes influye mucho en cómo estaremos en el futuro. Si aprendemos a cuidar nuestro cuerpo ahora, podemos prevenir muchas enfermedades graves.



Actividad Lúdica Educativa: JUEGA Y APRENDE

Objetivo: Fomentar en los estudiantes de los grados 6° y 7° el aprendizaje de hábitos de vida saludables mediante el juego "Juega y Aprende", abordando de forma lúdica temas como el cuidado de la visión, prevención de enfermedades cardiovasculares y metabólicas, y los riesgos del consumo de sustancias psicoactivas.

Instrucciones:
En el marco de la estrategia 4x4, se implementará la actividad lúdica educativa **"JUEGA Y APRENDE"**. Esta dinámica consiste en seleccionar tres representantes de los grados 6° y 7°. Cada participante se ubicará en el punto de partida de una mega cartelera, diseñada en forma de un tablero de parques, que estará dispuesta en el piso de un espacio amplio.
La mecánica del juego es la siguiente: con la ayuda de un dado, cada estudiante lanzará para determinar el número de espacios que podrá avanzar.

- Si el dado muestra **más de 3 puntos**, el jugador deberá ceder el turno a su compañero de la derecha, quien repetirá el procedimiento.
- Si el dado muestra **1, 2 o 3 puntos**, el jugador avanzará el número de espacios correspondiente y responderá una pregunta relacionada con el tema desarrollado.
  - Si responde correctamente, podrá conservar su turno.
  - Si falla, deberá retroceder un espacio en el tablero.

El juego continuará de esta forma hasta que uno de los participantes llegue al centro de la mega cartelera, quien será declarado el ganador.

RECURSOS:

- video beam
- Diapositivas
- Computador
- Sonido
- Micrófono
- 170 lista de asistencia
- actas
- 1 macro cartelera alusivas a hábitos saludables (No consumo de alcohol, tabaco y sustancia psicoactiva, como también Cuidado de la visión, factores protectores y factores de riesgo, signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas para su detección oportuna: HTA, diabetes, Infarto agudo de miocardio).
- UN DADO
- Una tarjeta con las preguntas a realizar con los participantes de la lúdica
- 2 asistentes de Logística
- Pendón araña

Elaboro: kely Dulfay Peña Vigoya referente del área vida saludable y condiciones no trasmisibles PIC
Aprobó: Candy Suarez albor coordinadora área vida saludable y condiciones no trasmisibles de la secretaria local de salud.

AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLE

CRONOGRAMA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2025

CRONOGRAMA

AREA VIDA SALUDABLE CONDICIONES NO TRASMISIBLES

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

COMUNA	INSTITUCIONES EDUCATIVAS	Mes: OCTUBRE DE 2025														
		L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V
		13	14	15	16	17	20	21	22	23	24	27	28	29	30	31
AREA VIDA SALUDABLE CONSIDICIONES NO TRASMISIBLES	IE . ALFONSO ARAUJO COTES				7:ooam											
	IE. RICARDO GONZALEZ						7:00AM			7:00AM						
	IE. SUAREZ ORCASITAS								7:00AM				7:00AM			
PRIMERA INTERVENCIÓN																
SEGUNDA INTERVENCIÓN																

BELKIS CORDOBA QUINTERO

COORDINADORA PIC 2025

KELY DULFAY PEÑA VIGOYA

REFERENTE DEL AREA VIDA SALUDABLE CONDICIONES NO TRASMISIBLES 2025

AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLE

ESTRATEGIA CUATRO POR CUATRO (4X4) SALUD AL COLE- VALLEDUPAR TE CUIDA

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ALFONSO ARAUJO COTES

Valledupar 3 de octubre de 2025

Señor:

Andrés Alirio Ortiz Murillo

Rector de la Institución Educativa Alfonso Araujo Cotes

Recibí 3/10/2025

Cordial saludo

Asunto: Concertar intervenciones lúdicas en el marco de la estrategia Cuatro por Cuatro (4x4), orientadas a la promoción de la salud y al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables.

Con el objetivo de promover en la comunidad estudiantil hábitos y estilos de vida saludables y dar a conocer sus múltiples beneficios, la Secretaría de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, a través del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), ha organizado intervenciones en salud mediante actividades lúdico-educativas dirigidas al entorno educativo de secundaria, especialmente a los estudiantes de los grados sexto y séptimo de las instituciones educativas del área urbana del municipio de Valledupar.

En este sentido, nos complace informarles que se ha realizado una selección cuidadosa de la muestra de participantes con el fin de asegurar que el contenido del programa sea pertinente y ajustado a las necesidades de esta población. Nos gustaría contar con la presencia y participación activa de todos los alumnos de los grados mencionados, para enriquecer las intervenciones con sus preguntas, experiencias e inquietudes.

El propósito de esta estrategia es proporcionar información valiosa y actualizada sobre estilos de vida saludables, fortalecer el conocimiento de la comunidad educativa en torno al autocuidado, y promover una transformación positiva de los entornos escolares hacia modos, condiciones y estilos de vida más sanos. Esta actividad se enmarca en la iniciativa **"Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole – Valledupar te cuida"**, cuyo objetivo es contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable.

Agradecemos de antemano su apoyo y colaboración para la programación y desarrollo exitoso de estas actividades, que sin duda beneficiarán a toda la comunidad escolar y sus familias.

Quedamos atentos a su disposición y a la coordinación de fechas para la implementación de esta importante iniciativa.

Cordialmente,

Kely Dulfay Peña Vigoya
Enfermera Jefe-HEAD
Cel: 3007804480

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	SECRETARIA LOCAL DE SALUD ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	VIDA SALUDABLE, CONDICIONES NO TRAMSIBLES								
LUGAR:	**INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO ARAUJO COTES**			**FECHA**	7/10/2025	**HORA INICIO**	9:00 a.m.		
						HORA FINAL	10:00 a.m.		
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**	X	**CARACTERIZACION**		
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**				
TEMA:	Concertación para ejecución de la estrategia Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida.								
OBJETIVO:	Concertar el desarrollo de la segunda intervención lúdica en el marco de la estrategia 4x4, orientadas prevenir el consumo de alcohol, tabaco, cuidado de la visión, reconocimiento de factores protectores y factores de riesgo, signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas el fin de contribuir a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) en estudiantes de la Institución Alfonso Araujo cotes.								
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.								

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se reúnen en las instalaciones de la Institución Educativa Alfonso Araujo cotes, la coordinadora María Liliana Mejía Daza, coordinadora académica de la institución, y la señora Kely Peña Vigoya, referente del componente de Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Valledupar, con el propósito de concertar dos intervenciones de la estrategia 4x4 "Salud al Cole – Valledupar Te Cuida".

Durante la reunión se socializó el objetivo, la metodología y el alcance de la estrategia, resaltando su enfoque en la promoción de estilos de vida saludables dentro de la comunidad educativa, a través de intervenciones lúdicas y participativas.

Se hizo especial énfasis en los siguientes temas: no consumo de alcohol, tabaco, cuidado de la visión, reconocimiento de factores protectores y factores de riesgo, signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas el fin de contribuir a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT.

Estos componentes fueron presentados como pilares fundamentales para contribuir al bienestar integral de los estudiantes, promoviendo no solo la adquisición de conocimientos, sino también el desarrollo de actitudes y prácticas que fortalezcan su autocuidado y calidad de vida.

Posteriormente, y en común acuerdo entre las partes, se definieron los siguientes compromisos para la ejecución de las intervenciones:

- La coordinadora manifestó su aprobación para el desarrollo de las intervenciones, agendándolas en el calendario institucional de la siguiente manera:
  Segunda intervención: jueves 16 de octubre de 2025 a las 7:30 a.m.
- La institución brindará respaldo logístico para el desarrollo de las intervenciones, señalando que los horarios podrán ajustarse según la dinámica académica del día.
- Se definió que los grados a intervenir serán cuatro grupos de sexto (601, 602,603,604) y cuatro grupos de séptimo (701, 702, 703,704), con un promedio de 38 estudiantes por curso.
- La intervención de realizará en el auditorio de la institución educativa.
  - Tapete y dado
- Una vez culminadas las intervenciones, la institución educativa expedirá una certificación

de la actividad realizada.

- Como medida preventiva, se realizará una llamada de confirmación días previos al evento, con el fin de verificar la disponibilidad del espacio y evitar contratiempos de última hora.

Finalmente, se agradeció a la institución por su disposición y compromiso en el desarrollo articulado de esta estrategia de salud escolar, en beneficio del bienestar y la formación integral de los estudiantes.

COMPROMISOS

Tarea/actividad	Responsable	Fecha de compromiso
Realizar una intervención según lo descrito en el cronograma establecido.	PIC	16 de octubre de 2025
Facilitar los recursos para la realización de las intervenciones: Docentes, estudiantes, auditorio.	IE Alfonso Araujo cotes	16 de octubre de 2025

REGISTROS FOTOGRÁFICOS





ANEXOS:	No aplica			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo/ cedula:	REFERENTE DEL ÁREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES/1067711131		
	NOMBRE	**CARGO/ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	MARÍA LILIANA MEJÍA DAZA	COORDINADORA ACADÉMICA IE ALFONSO ARAUJO COTES		

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	**SECRETARIA LOCAL DE SALUD** **ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES**	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	VIDA SALUDABLE, CONDICIONES NO TRAMSIBLES								
LUGAR:	**INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO ARAUJO COTES**			**FECHA**	16/10/2025	**HORA INICIO**	7:30 a.m.		
						HORA FINAL	8:30 a.m.		
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**		**CARACTERIZACION**		
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**	INTERVENCIÓN			
TEMA:	Segunda intervención de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) en la promoción de hábitos y estilos de vida saludables con énfasis en el no consumo de alcohol, sustancias psicopáticas, tabaco, revisión de la visión, y los factores protectores de las enfermedades cardio metabólicas								
OBJETIVO:	Realizar la segunda intervención la estrategia cuatro por cuatro (4x4) en la promoción de hábitos y estilos de vida saludables con énfasis en el no consumo de alcohol, sustancias psicopáticas, tabaco, revisión de la visión, y los factores protectores de las enfermedades cardio metabólicas en la institución educativa Alfonso Araujo Cotes con el fin contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable								
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.								

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En la Institución Educativa Alfonso Araujo Cotes se desarrolla la segunda intervención de la estrategia 4x4 Salud al Cole – Valledupar te Cuida, en la cual participan la coordinadora académica María Liliana Mejía Daza, la referente del área Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles, enfermera Kely Peña Vigoya y los estudiantes de los grados sexto y séptimo.

La intervención inicia con una cordial bienvenida por parte de la referente, seguida de la presentación del equipo responsable del componente Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles, destacando la importancia de su labor para fortalecer entornos institucionales que promuevan el bienestar físico, emocional y social de los estudiantes.

Se aprovecha el espacio para explicar a los asistentes en qué consiste el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), destacando que se trata de un convenio administrativo entre la E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza y la Secretaría Local de Salud, coordinado por la Administración Municipal, bajo el liderazgo del alcalde Ernesto Orozco. Se resalta que el PIC tiene como objetivo implementar acciones colectivas orientadas a mejorar la calidad de vida de la comunidad.

Antes de dar inicio a las temáticas centrales, los participantes adoptan una postura cómoda para realizar una oración dirigida a Dios, resaltando la importancia de reconocer y agradecer por cada nuevo día, así como de poner en sus manos las metas, aspiraciones y situaciones personales que cada uno atraviesa. Esta actividad se realiza siempre respetando la diversidad de creencias presentes en el auditorio, promoviendo un ambiente de inclusión y respeto hacia todas las convicciones.

Para garantizar el desarrollo adecuado de la intervención, el espacio se organiza previamente con el apoyo del equipo logístico, quien dispone de los recursos necesarios para facilitar la comprensión de la información.

El apoyo logístico Liseth Escobar interviene previo al desarrollo de los temas, para brindar indicaciones sobre el correcto diligenciamiento de los formatos de asistencia, enfatizando que estos deben ser llenados de manera ordenada y cuidadosa, sin tachones ni enmendaduras. Se recalca la importancia de mantener atención al detalle al completar cada campo del listado, asegurando la validez y legibilidad de la información registrada, lo que contribuye al buen desarrollo y documentación de la intervención.

Seguidamente se procede a desarrollar el siguiente eje temático:

QUE LOS HÁBITOS SALUDABLES: Los hábitos saludables son comportamientos y decisiones que cuidamos en nuestra vida diaria para mantenernos física y mentalmente sanos, Esto incluye:

- No consumir alcohol, tabaco, ni sustancias psicoactivas
- Cuidado con la visión
- Reconocer factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares y metabólicas.

Estos hábitos no solo mejoran la calidad de vida, sino que ayudan a prevenir enfermedades desde temprana edad.



NO CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

El no consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas es un pilar fundamental para proteger la salud física, mental y emocional, especialmente durante la adolescencia, una etapa clave de desarrollo. Estas sustancias, aunque a veces presentadas como atractivas o inofensivas, pueden generar adicción, afectar el rendimiento escolar, las relaciones personales y causar daños graves al organismo. Por eso, es importante conocer sus efectos, riesgos y las formas de prevenir su uso

¿Qué hay detrás?:

- Enfermedades graves (como cáncer, daño pulmonar o cirrosis).
- Adicción y pérdida del control.
- Problemas familiares, escolares y sociales.
- Riesgos de accidentes, peleas o decisiones peligrosas.



Frase para reflexionar:

"Lo que parece moda hoy puede dejarte cicatrices para toda la vida."

TABACO Y SUS DERIVADOS



El tabaco y sus derivados, como los cigarrillos, vapeadores y tabaco en polvo, contienen sustancias altamente adictivas que dañan los pulmones, el corazón y otros órganos del cuerpo. Aunque a veces se presentan como inofensivos o "modernos", especialmente los vapeadores, su uso puede causar enfermedades graves desde edades tempranas. Por eso, es importante que los adolescentes conozcan sus riesgos reales y tomen decisiones informadas para cuidar su salud y bienestar.

Lema día mundial sin tabaco 2025: "Desenmascarando el atractivo"

Efectos nocivos del tabaco y sus derivados (incluyendo vapeadores)

Tabaco tradicional:

- Causa cáncer de pulmón, garganta y boca.
- Provoca enfermedades respiratorias crónicas.
- Aumenta el riesgo de infarto y derrame cerebral.

Vapeadores (cigarrillos electrónicos):

- Aunque parecen inofensivos, también contienen nicotina y otras sustancias químicas peligrosas.
- Dañan los pulmones, afectan el cerebro en desarrollo y generan adicción.
- Muchos jóvenes terminan usando cigarrillos comunes tras empezar con el vapeo.

ALCOHOL Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS



El alcohol y las sustancias psicoactivas son sustancias que afectan el funcionamiento del cerebro y pueden cambiar cómo pensamos, sentimos o actuamos. El alcohol es una droga legal que, consumida en exceso, puede causar adicción, problemas de salud y accidentes. Las sustancias psicoactivas incluyen drogas como la marihuana, la cocaína o el éxtasis, y su consumo puede provocar graves daños físicos, mentales y sociales, especialmente en los adolescentes.

Alcohol en la adolescencia:

- Afecta el desarrollo del cerebro.
- Baja el rendimiento escolar.
- Aumenta los accidentes y violencia.
- Puede llevar a la dependencia en el futuro.

Sustancias psicoactivas ilegales (como marihuana, cocaína, éxtasis, etc.):

- Afectan la memoria, la concentración y el estado de ánimo.
- Pueden causar paranoia, ansiedad o depresión.
- Generan adicción y destruyen relaciones personales.

DERECHOS EN SALUD DE LOS ADOLESCENTES

Tú tienes derecho a:

- Recibir información clara y veraz sobre tu salud.
- Ser atendido con respeto, sin ser juzgado.
- Acceder a servicios de orientación y tratamiento si tienes dudas o ya estás enfrentando un problema con el consumo.



Programas y servicios de ayuda disponibles

En los centros de salud hay programas gratuitos para:

- Prevenir el consumo desde edades tempranas.
- Dejar el cigarrillo, vapeadores o alcohol, con ayuda profesional.
- Atención psicológica y médica si ya hay consumo o dependencia.

Puedes acercarte al centro de salud más cercano o preguntar en tu institución educativa sobre campañas y espacios de apoyo.

MECANISMOS PARA LA PROTECCION DE LA RADIACION SOLAR PARA MANTENER UNA BUENA SALUD OCULAR O DE LOS OJOS

Proteger tus ojos de la radiación solar es fundamental para preservar una buena salud visual. A continuación, te comparto algunas recomendaciones esenciales:



Uso de gafas de sol adecuadas: Elige gafas de sol que ofrezcan una protección del 100% contra los rayos ultravioleta, tanto UV-A como UV-B. Este tipo de lentes contribuyen significativamente a prevenir afecciones oculares graves, como las cataratas o ciertos tipos de cáncer ocular.

Sombreros y vestimenta protectora: Complementa el uso de gafas con sombreros de ala ancha, que ayudan a resguardar los ojos, el rostro y el cuello de la exposición directa al sol. Además, utiliza prendas que cubran la piel para minimizar el contacto con los rayos solares.

Evita la exposición en horas críticas: Limita tu exposición al sol entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde, periodo en el que la radiación ultravioleta alcanza sus niveles más altos. Si necesitas estar al aire libre durante estas horas, asegúrate de tomar las medidas necesarias para proteger

adecuadamente tus ojos.

EFECTOS DE LA EXPOSICIÓN A PANTALLAS

Exposición a fuentes de luz artificial: efectos en la salud y estrategias de prevención



En la actualidad, el estilo de vida de muchos adolescentes incluye una exposición prolongada a fuentes de luz artificial, como pantallas de dispositivos electrónicos. Esta tendencia, aunque habitual, conlleva riesgos que es importante conocer para poder prevenir o minimizar sus efectos sobre la salud.

A nivel cutáneo, la luz artificial puede desencadenar procesos de *estrés oxidativo*, alterando la hidratación natural de la piel y comprometiendo su integridad. Estos efectos pueden traducirse en un aumento de la pigmentación, pérdida de elasticidad y un envejecimiento prematuro.

En cuanto a la salud visual, la exposición constante puede provocar desde *fatiga ocular* hasta acelerar la aparición de trastornos degenerativos propios del envejecimiento, como la degeneración macular, afectando la calidad de vida visual desde etapas tempranas.

En el ámbito neurológico y hormonal, este tipo de radiación interfiere con la producción de melatonina, una hormona clave en la regulación del sueño. Su alteración puede derivar en dificultades para conciliar el sueño, insomnio y otros trastornos que impactan negativamente tanto en el bienestar físico como en el rendimiento académico y emocional.

Por estas razones, es fundamental concienciar sobre el uso responsable de dispositivos electrónicos, establecer rutinas saludables y adoptar medidas de protección que favorezcan el equilibrio entre tecnología y salud.

Como parte de las estrategias para mitigar los efectos negativos de la exposición prolongada a la luz artificial, se recomienda la práctica regular de ejercicios visuales, los cuales ayudan a reducir la fatiga ocular, mejorar el enfoque y relajar los músculos de los ojos.

Estas acciones pueden complementar las intervenciones a las que toda persona tiene derecho en el marco del Sistema General de Seguridad Social en Salud, el cual contempla programas de promoción, prevención y atención integral en salud visual. Para acceder a estos servicios, es importante afiliarse al sistema, realizar controles médicos periódicos y acudir a las instituciones prestadoras de servicios de salud (IPS), donde se puede recibir orientación, evaluación y tratamiento por parte de profesionales especializados. Estas medidas no solo contribuyen al cuidado de la visión, sino también al bienestar general y a un desarrollo saludable en la etapa adolescente.

RECONOCIMIENTO DE FACTORES PROTECTORES Y FACTORES DE RIESGO, SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES Y METABÓLICAS

¿Qué son los *factores protectores*?

Son hábitos o acciones que ayudan a **mantener tu corazón y cuerpo sanos**. Actúan como un

"escudo" que te protege de enfermedades.

Ejemplos:



- Hacer actividad física con frecuencia (jugar, caminar, bailar, montar en bici).
- Comer frutas, verduras y alimentos naturales.
- Dormir bien.
- Evitar el cigarrillo, el alcohol y otras sustancias.
- Mantener buenas relaciones con familia y amigos.
- Controlar el estrés.

¿Y los *factores de riesgo*?

Son conductas o condiciones que aumentan las probabilidades de enfermarte, sobre todo del corazón o del metabolismo (como el azúcar en sangre).

Ejemplos:

- Comer mucha comida chatarra y bebidas azucaradas.
- No hacer ejercicio.
- Fumar o estar cerca de quienes fuman.
- Estar siempre estresado o triste.
- Tener sobrepeso u obesidad.
- Tener familiares con enfermedades del corazón o diabetes.

ENFERMEDADES QUE DEBEMOS CONOCER

1. Hipertensión Arterial (HTA)



- Es cuando la presión con la que la sangre pasa por las arterias es muy alta.
- Síntomas comunes: dolor de cabeza, mareo, visión borrosa, pero muchas veces no da síntomas, por eso se le llama "enemigo silencioso".
- Se detecta midiendo la presión arterial.

2. Diabetes

- Es cuando el cuerpo tiene demasiada azúcar en la sangre porque no puede usarla bien.
- Síntomas: mucha sed, ganas de orinar a cada rato, cansancio, hambre excesiva y pérdida de peso sin razón.
- Se detecta con **exámenes de sangre**.

3. Infarto agudo de miocardio (ataque al corazón)

- Es cuando una parte del corazón deja de recibir sangre por una obstrucción en las arterias.
- Síntomas: dolor fuerte en el pecho que puede pasar al brazo o a l cuello, dificultad para respirar, sudor frío, náuseas.

4. Accidente cerebrovascular (ACV)

- Es cuando una parte del cerebro deja de recibir sangre.

Síntomas: pérdida repentina del equilibrio, dificultad para hablar o mover una parte del cuerpo, rostro torcido, visión doble.

¿Por qué es importante conocer esto desde ahora?

Porque lo que hacemos desde jóvenes influye mucho en cómo estaremos en el futuro. Si aprendemos a cuidar nuestro cuerpo ahora, podemos prevenir muchas enfermedades graves

Durante el desarrollo de la temática, los estudiantes muestran un notable interés y participación activa. En una de las intervenciones, una estudiante del grado 703 pregunta: "¿Si dejo de fumar un tiempo, mi cuerpo se recupera completamente de los daños del tabaco?"; el facilitador aclara que, si bien dejar de fumar disminuye significativamente los riesgos, algunos efectos sobre los pulmones y la salud cardiovascular pueden tardar en revertirse, por lo que es fundamental evitar el consumo desde el inicio.

En otra participación, un estudiante del grado 604 comenta: "Mi primo toma bebidas energéticas todos los días para estudiar, ¿eso no está bien?". Ante esto, se explica que el consumo excesivo de bebidas energéticas puede afectar el corazón, la presión arterial y el sueño, y que su uso debe ser moderado, acompañando siempre hábitos de descanso y alimentación saludable.

Además, durante la intervención, algunos estudiantes comparten experiencias personales, como la dificultad de cambiar hábitos alimenticios frente a la influencia de los amigos o la publicidad, lo que genera un espacio de reflexión sobre la importancia de tomar decisiones informadas para cuidar la salud.

Para culminar la intervención, se desarrolla la actividad lúdica **"Juega y Aprende"**, en la cual se invita a participar a tres estudiantes. La selección de los participantes se realiza de manera aleatoria por uno de los docentes presentes, asegurando así imparcialidad y motivando la participación. La dinámica se desarrolla sobre un tablero interactivo tipo "parqués", en el que cada estudiante lanza el dado y avanza tantas casillas como indique el número obtenido, respondiendo en cada turno preguntas relacionadas con los temas tratados durante la intervención.

La actividad finaliza de manera anticipada cuando uno de los participantes obtiene un número alto en el dado, lo que lo lleva rápidamente al centro del tablero. En ese momento, se le solicita mencionar los temas abordados durante la intervención, y responde correctamente: no consumo de alcohol, sustancias psicoactivas, cuidado de la visión y prevención de enfermedades cardiovasculares como diabetes e hipertensión. Este hecho evidencia la atención y comprensión

del estudiante frente a los contenidos, aunque limita la participación de los demás compañeros en esa ocasión.

Se realiza entrega de infografía para complementar el tema, acompañado de agradecimientos por su atenta escucha y se da por finalizada la segunda intervención de a estrategia 4x4 salud al cole- Valledupar te cuida.

Conclusión

La experiencia resulta altamente significativa, ya que permite reconocer el interés y la atención de los estudiantes durante la intervención. Como reconocimiento a su participación y como incentivo para futuras actividades, se entrega un detalle simbólico a cada participante, producto de donaciones, promoviendo así el refuerzo positivo y la motivación para continuar participando activamente en los espacios informativos.

La intervención realizada en la Institución Educativa Alfonso Araujo Cotes logra un impacto positivo evidente en los estudiantes, quienes muestran interés, atención y participación activa durante todas las actividades. A través de estrategias dinámicas y lúdicas, los estudiantes refuerzan sus conocimientos sobre hábitos saludables, prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, cuidado de la visión y protección frente a enfermedades cardiovasculares y metabólicas. La interacción constante, las preguntas reflexivas fomentan la toma de decisiones responsables para el cuidado de su salud. Este tipo de actividades contribuye de manera significativa a fortalecer su bienestar físico, emocional y social, generando aprendizajes que pueden aplicarse en su vida cotidiana y promoviendo hábitos de vida saludables desde edades tempranas.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Fecha: 16 de octubre de 2025
Hora: 7:30 am
Estrategia 4x4 -salud al cole -Valledupar te cuida
Segunda intervención - Institución educativa Alfonso Araujo cotes



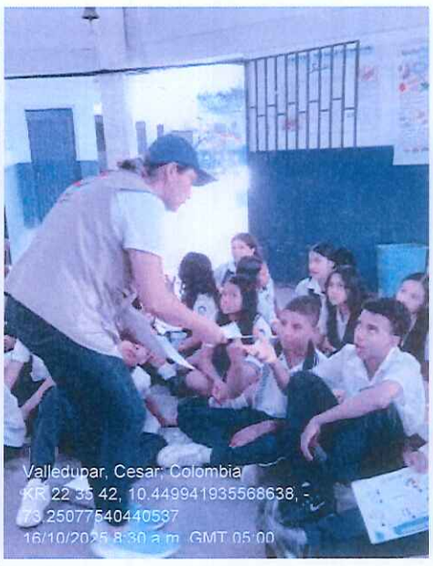

FELIZ REGRESO A CLASES
ESTUDIANTES ARAUISTAS
Valledupar, Cesar, Colombia
KR 22 35 42, 10.449941935568638, -73.25077540440537
16/10/2025 7:40 a.m. GMT 05:00


Valledupar, Cesar, Colombia
KR 22 35 42, 10.449941935568638, -73.25077540440537
16/10/2025 7:55 a.m. GMT 05:00


Valledupar, Cesar, Colombia
KR 22 35 42, 10.449941935568638, -73.25077540440537
16/10/2025 8:16 a.m. GMT 05:00


Valledupar, Cesar, Colombia
KR 22 35 42, 10.449941935568638, -73.25077540440537
16/10/2025 8:21 a.m. GMT 05:00







ANEXOS:	LISTADO DE ASISTENCIA CERTIFICACIÓN			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo/ cedula:	REFERENTE DEL ÁREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES/1067711131		
	NOMBRE	**CARGO/ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	MARÍA LILIANA MEJÍA DAZA	COORDINADORA ACADÉMICA IE ALFONSO ARAUJO COTES	36.490.778	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infotrolera) Entrega.

RESPONSABLE: Kely Peña Virgoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IEA Alfonso Araujo cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Dana Sofia	1065818291	2	2	2	4	5	2	3		Escodiante	Afaro Gutierrez
2	Anyely Gabriela	1065825661	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Ferreira Urina
3	Linda Del Carmen	1057455165	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Gordon Beleño
4	Daris tatiana	1066292223	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Belades torres
5	yerlis Daliana	1122409241	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Yerlis Julio
6	Estiven padilla	1067623836	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Est, ven padilla
7	Faber Andres	1052573802	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Guerrero faber.
8	Jhoiner Andres	1067727240	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Pallares perez
9	SAMUEL DAVID	1067624448	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Arevalo Ospino
10	Sebastian Andres	1067620967	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Bignquicet

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigaya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Luz dairy sarid th	1067626147	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Luz dairy saridth
2	Salome	1067625401	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Scott contreras
3	Anaith Florez Ferradanes	1081825551	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Anaith Florez
4	Oriana Florez Ferradanes	1081825552	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Oriana Florez
5	Maria Paula torres	1065822355	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria Paula
6	Valery michel Angulo	1066884022	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	valery michel
7	Carol Daney	1066885787	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Duque Conrado
8	Isabel cristina	1066291969	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	chindilla Brito
9	Luna VALERIA	1067623939	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Camargo Becerra
10	Elisa Merari	1067625616	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mejra Zuñiga

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4.- Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya. FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	María Fernanda Llanos Castro	1066291775	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	María Llanos
2	Valery Jimenez Escobar	1065818340	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Valery Jimenez
3	Kendri Anza Polo	1065825928	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Kendri Anza
4	MAUY CruzPareJo	1081764089	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	mauy CruzPareJo
5	Zaiky Yareth	1137874347	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Zaiky Garia.
6	Maria Jose Molina	1091809142	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria Jose molina
7	Maria Josebarbosa	1137874607	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariajose barbo
8	Valery Sofia Arévalo	1067624447	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Valery Arevalo
9	Evelin Dayana Harris	1066886042.	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Evelin Dayanaharris
10	Laura Vanessa	1137725981	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Laura Vanessa C.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en Salud (Integrativa).

RESPONSABLE: Kely peña Vigaya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Jhonefer Castillo	1065819164	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jhonefer Castillo
2	Abdiel David	1126567095	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Abdiel Zapata
3	Alejandro Alvarez	1118861126	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Alejandro Alvarez
4	Andrés David	1065819566	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Agudelo Martinez
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervenciòn en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4. - Informacion en salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya. FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Isabel Hernandez Pardomo	1066884005	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabel Hernandez P
2	Yoranis monterrosa	1137726272	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Yoranis monterrosa
3	Laura Virginia pcello	1066886510	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Laura Virginia
4	Andrea sofia Jimenez	1066292777	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Andre Jimenez
5	Juliana Mendoza	1067622369	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juliana Mendoza
6	Saira Ramos	1063492997	2	3	2	4	5	2	3		estudiante	saira Ramos
7	Maria Alejandra S	1065679240	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	maria Alejandra
8	Davianys Vargas	6899986	2	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Davianys Vargas
9	Linda martinez	1067621602	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Linda Martinez
10	teylor Quintero	6780778	1	2	2	4	3	2	3		Estudiante	Teylor Quintero

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4 x 4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Ronnybel Heredia	1135103	2	2	2	4	3	2	3		Estudiante	Ronnybel Heredia
2	Anyelina Torres	7170770	2	2	2	4	3	2	3		Estudiante	Anyelina Torres
3	Jeanny Paez	5686496	2	2	2	4	3	2	3		Estudiante	Jeanny Paez
4	Diana camacho	1067622674	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Diana camacho
5	Cristian Buritica	1002047201 7	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Cristian buritica
6	Stefania Rosales	52792 32	2	2	2	4	3	2	3		Estudiante	Stefania Rosales
7	Elianis Diaz M.	1067622488	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Elianis Diaz M.
8	Janer Imbreches	1066291516	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Janer Imbreche
9	Jhon Jaimar Jimenes	1066884646	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jhon Jaimes Jimenez
10	Jhoiner Domiguez	1065812043	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Jeiner Domiguez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervenciones en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4 x 4 - Información en salud (Infoguajira)

RESPONSABLE: Kely Pena Vigoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Aron Bravo	6438116	1	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Aron Bravo
2	Luis matos	1067821804	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	luis matos
3	Jose martinez	1067616199	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose martinez
4	Ahgel salcedo	1214467213	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ahgel salcedo
5	Yahshua Duran	1067612484	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Yahshua Duran
6	Juan David P.	1066884652	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Juan David
7	Victor Velez.	1025785586	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Victor Velez
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en salud (Integrativa)

RESPONSABLE: Lely Peña Vigoya. FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	MAideLis Jaraba	1126255727	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Maidelis Jaraba
2	Katherin Meriño	1065807046	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Katherin Meriño
3	Esteban andres	1067618878	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Esteban Pardo
4	Armando Jose	1067621967	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Quintero
5	Jesus Manuel	1066882254	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jesus vega
6	Samuel Ramón	1066881987	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Samuel Ramón
7	Emanuel Gomez	1067619589	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Emanuel Gomez
8	cesarSandoval	1065851652	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	cesarSandoval
9	JobanGutierrez	1062908148	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	JobanGutierrez
10	Junior Rico	1066882889	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Junior

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Integratia).

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Lauren Uribe	1066882321	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Lauren Uribe
2	Yiselis Yuceth C.	1065807679	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Yiselis Yuceth C
3	Valeria aldana	1099424089	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valeria aldana
4	Juliana Maldonado	1042353797	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juliana Maldonado
5	Karen Izquierdo	1063596934	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Karen Izquierdo
6	Ana Paula sanchez	1066882731	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ana Paula Sánchez
7	Emily Johana Lions	1067629910	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Emily Johana Lions
8	Dulce Quiñones	1066882102	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Dulce Quiñones
9	Keren Rosado	1067624074	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	
10	Mariana Saviria	1065662383	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariana Saviria

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, V E.S.E. — SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 .- Información en Salud - Infografía

RESPONSABLE: Kely Pena Vigoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Juan cañate	1064115886	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan cañate
2	Ruanneys carrizalez	6546573	2	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Ruanneys carrizalez
3	Isabella Acevedo	1004117382	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella Acevedo
4	Sebastian Gutierrez	1067619913	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sebastian G.
5	Breiner Villalobos	1066882668	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Breiner Villalobos
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervencion en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Informacion en salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Shaday Tatiana Barnos Noriega.	1068884351	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Shaday tatiana Barnos noriega
2	Arizo Polo	1083562195	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Kevin Arizo
3	Osneider Hernandes	1087621253	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Osneider Hernandes
4	Valerin Raquel Sanchez Moreno.	7651468	2	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Valerin Raquel Sanchez Moreno
5	Lauren sofia Celis salas	1066181535	2	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Lauren Sofia celis salas
6	Danna carolina Padilla Martinez	1065823241	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Danna Carolina Padilla Martinez
7	Yorleidys virginia nava pacheco	1067886640	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	yorleidys nava
8	Lindoris Deluquez B.	1121543738	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Lindoris Deluquez B.
9	Sandyth Navarro C.	1143255855	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sandyth Navarro C.
10	Maria Jose Aguilar	1066880702	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria Jose Aguilar

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL? Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. - Información en salud - Infografía

RESPONSABLE: Kely Peña Viyuya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Jagelys Carolina Mejia Cabrales	1066881577	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
2	Luis Fernando Beltran	1066884202	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
3	Lugo Juampablo	1067617705	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
4	Rodny Gonzalez	1143468959	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	
5	Neymar Gonzalez.	1065818350	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	
6	Jairo Mojica	1065662729	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
7	Angel Calvo	1066881247	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
8	Alexandro Avendaño	1066881359	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
9	Rafael campos	4999147	1	3	2	4	3	2	3		Estudiante	
10	Juan Jose A	1065661145	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. — SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervencion en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4. - Informacion en salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 16-10-25. LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Linkon Alejandro Rivera Camargo.	1065809805	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Linkon Rivera
2	Sergio Luis Gomez hernandez	1186713711	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sergio L. G. H.
3	cristian cantillo De Angel	1067623325	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	cristian cantillo
4	Oscar Eduardo Marzan Maldonado	1066833881	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Oscar Marzan M.
5	Santiago Daniel Romero Bolaño	1066888391	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Santiago Romero
6	Andres santiago dela cruz hernandez	1065813980	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Andres Santiago
7	Sebastián yesith Mendivelta Ramirez	1065646109	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sebastián Yesith
8	Isaac David Miranda Orozco	1065651999	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isaac David
9	Luis Alejandro Bolaño Cadi.	1127608964	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Bolaño
10	Juan sebastian Ortiz Maestre	1067620792	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Ortiz

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Viguya. FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Elexa cadena	1066650919	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Elexa Cadena
2	Danna quintero	1175716073	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Danna quintero
3	Sara Fuentes	1084454901	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sara R. Fuentes
4	Brillyth Acuña	1066291795	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Brillyth Acuña
5	Oriana Acuña	1065813772	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Oriana Acuña
6	Miguel Angel J.R	1065813286	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Miguel Angel. J.R
7	Emmanuel Santiago	1067621143	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Emmanuel Rojas
8	Juan Jose b.	1067622175	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan J. G.
9	Daniel Polo	1066291132	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniel Polo
10	Jhocelin Navarro	1067617783	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jhocelin Navarro

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Informacion en salud - Integral

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Valentina Cervantes	1067621854	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Valentina Cervantes
2	Maria Arocca	1066884207	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Arocca chopereda
3	Arolinn Barrio	1066290932	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Arolinn Barrio
4	Mallory Jimenez S.	1066882308	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Mallory Jimenez S
5	SARA PEÑA	1121044665	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	SARA PEÑA
6	Emily Ramos.	1066883227	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Emily Ramos.
7	Luisa del toro	1066883590	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luisa del toro
8	Lisais Perez	1067620551	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Lisais Perez
9	Karoll Torregroza T.	1065823384	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Torregroza Karoll
10	Sara Sanjuanelo	1066883842	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sara Sanjuanelo

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía

RESPONSABLE: Kely Peña Viguya FECHA: 16-10-25 LUGAR: Alfonso Araujo cotes.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Kenny Sanchez	1066292066	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Kenny Sanchez
2	Luz marian molina lerma	1066884821	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Luz molina
3	Natalia zuluaga	1048662416	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Natalia zuluaga
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Pena Vigoya. FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Luis Camargo Meza	1103750629	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	luis Camargo Meza
2	Bula Jaramillo Alex	1067617289	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Alex Bula
3	Daniela Cadena Villalobos	1065654427	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniela Cadena Villalobos
4	Liliana Fonseca R	1137724217	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Liliana Fonseca
5	Luis Hernandez Rangel	1067619702	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Hernandez Rangel.
6	Nicolas Gonzalez Acuña	1066880700	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Nicolas Gonzalez A.
7	Alexander Vital Pelufo.	1067621483	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Alexander Vital Pelufo.
8	Andrea Maestre V.	1066883164	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Andrea Maestre.
9	Isabel Triana Alvarado	1065658386	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabel Triana Alvarado.
10	Melani Jimenez	1067621736	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Melani Jimenez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Rojas FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Cindy Vega Zuniga	1066880825	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Cindy Vega Z.
2	Palmera MICHEL	1025548866	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Palmera Michel
3	Joselaros Duran	1065848807	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Joselaros D
4	Elder passo Montero	1065812225	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Elder Passo M.
5	Joan Quintero	1067617782	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Joan Quintero
6	Dayanis Carrillo P.	1066884259	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Dayanis Carrillo
7	Laura Valera Cabrera	1066881925	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Laura Valera G.
8	Valeria Maestre	1010215872	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valeria Maestre
9	Rico Joel	1080527918	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Rico Joel
10	Angel daniel Frias Perez	1137724253	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Angel Frias

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4 x 4 : Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Josecarlos Julio pinto.	1065838316	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose Carlos Julio Pinto
2	david Santiago machado	1067614745	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	David Santiago machado
3	Anyelis Moreno	1065652884	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Anyelis Moreno
4	Saray Castillo	1065808880	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Saray Castillo
5	Scarleth Salgado	7400979	2	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Scarleth Salgado
6	Angelina Vergara	1052526400	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Angelina Vergara
7	Ruth Berben	1092947	2	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Ruth Berben
8	Sara Moreno	1066288608	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sara Moreno
9	oskelimar de los Reyes	1[illegible]	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Oskelimar De los Reyes
10	Romary Deuide	7590837	2	3	2	4	3	2	3		Estudiante	Romary Deuide

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Yely Peña Yagya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Michelle Sandoval	1065650015	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Michelle Dayana Sandoval
2	Tania Villa	1067615449	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Tania Villa Camargo
3	Alexander Aguilar	1083568535	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Alexander Aguilar
4	Carlos Daniel Perez	1066881778	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Carlos Daniel Perez
5	Samuel Vergara	1066287781	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Samuel David Vergara
6	Angel Amaya	1067615515	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Angel A.
7	Joseph Dair Gamez Diaz	1065665208	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Joseph Gamez
8	Juan ramos pareja	1067612837	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan R. Pareja
9	matias pelaez A.	1065647113	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	matias pelaez A.
10	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4 x 4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Perea Vigaya FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Jose Mejia Ruiz	1043686907	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose Mejia Ruiz
2	Juan Graciano	1068816274	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Graciano
3	Dana Jose Cabana	1066883362	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Dana Jose Cabana
4	Valeria Sofia Pineda Mejia	1065816400	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valeria Pineda
5	Natalia Moron	1066880209	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Natalia Moron
6	Camila Lancheros	1067617803	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Camila Lancheros
7	Eduardo Cortes	1067615349	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Eduardo Cortes
8	Ivan Padilla	1067616513	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ivan Padilla
9	Javier Torres Mejia	1175715720	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Javier Torres Mejia
10	Ana Camilo L	1010203370	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ana Camilo L

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. -Información en Salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely peña Vyaja FECHA: 16-10-25 LUGAR: IE Alfonso Araujo Cotes

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Shaira Gomez	1067816840	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Shaira Gomez
2	Sebastian Sanmartin	1067616712	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sebastian Sanmartin
3	Henry Martinez	1066882622	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Henry Martnez
4	Edgar David ochoa	1137724191	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Edgar David ochoa
5												
6												
7												
8												
9												
10												

Institución Educativa
Alfonso Araujo Cotes
SEDE ANEXA ESCUELA MIXTA EL CONDUCTOR
Licencia de funcionamiento Res. 000726 del 22 de Noviembre de 2022,
Reconocimiento de Estudios según Res. No. 000228 del 10 de noviembre de 2015
NIT. 824-001-563-9 DANE: 120001000638

EL SEÑOR RECTOR DE LA INSTITUCION EDUCATIVA CERTIFICA QUE:

En la ciudad de Valledupar, a los 11 días del mes de noviembre del 2025, se certifica que la señora **Kely Dulfay Peña Vigoya**, identificada con cédula de ciudadanía número 1.067.711.131, expedida en Agustín Codazzi, Cesar, llevó a cabo la **segunda intervención** correspondiente a la **estrategia 4 × 4**, en el marco de la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en la prevención del consumo de alcohol, tabaco, sustancias psicoactivas, cuidados de la visión y factores protectores de las enfermedades cardiometabólicas con el fin de contribuir a la reducción de factores de riesgo asociados a las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

Esta actividad se realizó a través del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), convenio administrativo entre la Secretaría Local de Salud y la E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza, dirigida a estudiantes de la institución educativa Alfonso Araujo Cotes, con programación previamente concertada.

La intervención tuvo lugar el día 16 de octubre del 2025, en el horario de 7:30 a.m. a 8:30 a.m., y estuvo dirigida a los estudiantes de los grados sexto y séptimo.

El objetivo principal de esta intervención fue fortalecer el conocimiento y la conciencia de los estudiantes sobre los riesgos y consecuencias del consumo de alcohol, tabaco, sustancias psicoactivas, promoviendo estilos de vida saludables y el desarrollo de habilidades para la toma de decisiones responsables que contribuyan a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles y al bienestar integral desde temprana edad.

La presente certificación se expide como constancia de la actividad realizada y para los usos que el interesado considere pertinentes.

Atentamente;

INSTITUCION EDUCATIVA ALFONSO ARAUJO COTES
RECTOR

ANDRÉS ALIRIO ORTIZ MURILLO.
RECTOR.

AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLE

ESTRATEGIA CUATRO POR CUATRO (4X4) SALUD AL COLE- VALLEDUPAR TE CUIDA

INSTITUCION EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITAS

Valledupar 3 de octubre de 2025

Recibí Correo 3-oct-2025

Señor:

LUIS CARLOS MAESTRE

Rector de la Institución Educativa Suarez Orcasitas

Cordial saludo

Asunto: Concertar intervenciones lúdicas en el marco de la estrategia Cuatro por Cuatro (4x4), orientadas a la promoción de la salud y al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables.

Con el objetivo de promover en la comunidad estudiantil hábitos y estilos de vida saludables y dar a conocer sus múltiples beneficios, la Secretaría de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, a través del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), ha organizado intervenciones en salud mediante actividades lúdico-educativas dirigidas al entorno educativo de secundaria, especialmente a los estudiantes de los grados sexto y séptimo de las instituciones educativas del área urbana del municipio de Valledupar.

En este sentido, nos complace informarles que se ha realizado una selección cuidadosa de la muestra de participantes con el fin de asegurar que el contenido del programa sea pertinente y ajustado a las necesidades de esta población. Nos gustaría contar con la presencia y participación activa de todos los alumnos de los grados mencionados, para enriquecer las intervenciones con sus preguntas, experiencias e inquietudes.

El propósito de esta estrategia es proporcionar información valiosa y actualizada sobre estilos de vida saludables, fortalecer el conocimiento de la comunidad educativa en torno al autocuidado, y promover una transformación positiva de los entornos escolares hacia modos, condiciones y estilos de vida más sanos. Esta actividad se enmarca en la iniciativa **"Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole – Valledupar te cuida"**, cuyo objetivo es contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable.

Agradecemos de antemano su apoyo y colaboración para la programación y desarrollo exitoso de estas actividades, que sin duda beneficiarán a toda la comunidad escolar y sus familias.

Quedamos atentos a su disposición y a la coordinación de fechas para la implementación de esta importante iniciativa.

Cordialmente,

Kely Dulfay Peña Vigoya
Enfermera Jefe-HEAD
Cel: 3007804480

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	**SECRETARIA LOCAL DE SALUD** **ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES**	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	VIDA SALUDABLE, CONDICIONES NO TRAMSIBLES								
LUGAR:	**INSTITUCION EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITAS**			**FECHA**	7/10/2025		**HORA INICIO**	12:00 m.	
							HORA FINAL	12:55 p.m.	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**	X	**CARACTERIZACION**		
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**				
TEMA:	Concertación para ejecución de la estrategia Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida.								
OBJETIVO:	Concertar el desarrollo don intervenciones lúdicas en el marco de la estrategia 4x4, orientadas promover la alimentación saludable, la importancia de la promoción de la actividad física, prevenir el consumo de alcohol, tabaco, cuidado de la visión, reconocimiento de factores protectores y factores de riesgo, signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas el fin de contribuir a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) en estudiantes de la Institución Eduardo Suarez Orcasitas.								
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.								

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se reunieron en las instalaciones de la Institución Educativa Eduardo Suarez Orcasitas el señor José Márquez, coordinador académico de la institución, y la señora Kely Peña Vigoya, referente del componente de Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Valledupar, con el propósito de concertar dos intervenciones de la estrategia 4x4 "Salud al Cole – Valledupar Te Cuida".

Durante la reunión se socializó el objetivo, la metodología y el alcance de la estrategia, resaltando su enfoque en la promoción de estilos de vida saludables dentro de la comunidad educativa, a través de intervenciones lúdicas y participativas.

Se hizo especial énfasis en los siguientes temas: alimentación saludable, importancia de la actividad física regular, prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, cuidado de la salud visual, reconocimiento de factores protectores y de riesgo, así como la identificación temprana de signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas como hipertensión arterial, diabetes, infarto agudo de miocardio y accidente cerebrovascular, entre otras.

Estos componentes fueron presentados como pilares fundamentales para contribuir al bienestar integral de los estudiantes, promoviendo no solo la adquisición de conocimientos, sino también el desarrollo de actitudes y prácticas que fortalezcan su autocuidado y calidad de vida.

Posteriormente, y en común acuerdo entre las partes, se definieron los siguientes compromisos para la ejecución de las intervenciones:

- El coordinador manifestó su aprobación para el desarrollo de las intervenciones, agendándolas en el calendario institucional de la siguiente manera:

  Primera intervención: lunes 20 de octubre de 2025 a las 7:00 a.m.
- **Segunda intervención**: jueves 23 de octubre de 2025 a las 7:00 a.m.
- La institución brindará respaldo logístico para el desarrollo de las intervenciones, señalando que los horarios podrán ajustarse según la dinámica académica del día.
- Se definió que los grados a intervenir serán cuatro grupos de sexto (601,602,603) y cuatro grupos de séptimo (701, 702, 703), con un promedio de 36 estudiantes por curso.
- Debido a las limitaciones de espacio físico, y al gran número de estudiantes se acordó realizar la intervención en el comedor
- Una vez culminadas las intervenciones, la institución educativa expedirá una certificación de la actividad realizada.
- Como medida preventiva, se realizará una llamada de confirmación días previos al evento, con el fin de verificar la disponibilidad del espacio y evitar contratiempos de última hora.

Finalmente, se agradeció a la institución por su disposición y compromiso en el desarrollo articulado de esta estrategia de salud escolar, en beneficio del bienestar y la formación integral de los estudiantes.

COMPROMISOS

Tarea/actividad	Responsable	Fecha de compromiso
Realizar una intervención según lo descrito en el cronograma establecido.	PIC	20 y 23 de octubre de 2025
Facilitar los recursos para la realización de las intervenciones: Docentes, estudiantes, auditorio.	IE Ricardo González	20 y 23 de octubre de 2025

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

FECHA: 7/10/2025
HORA: 12:00 M

ESTRATEGIA 4X4, SALUD AL COLE VALLEDUPAR TE CUIDA
CONCERTACIÓN DE DOS INTERVENCIONES LUDICAS EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITAS





ANEXOS:	No aplica			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo/ cedula:	REFERENTE DEL ÁREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES/1067711131		
	NOMBRE	**CARGO/ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	JOSÉ MÁRQUEZ	COORDINADORA ACADÉMICA IE EDUARDO SUAREZ ORCASITAS	8637320	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	**SECRETARIA LOCAL DE SALUD** **ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES**	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	VIDA SALUDABLE, CONDICIONES NO TRAMSIBLES										
LUGAR:	INSTITUCION EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITAS				**FECHA**	21/10/2025		**HORA INICIO**	7:00 a.m.		
								HORA FINAL	8:00 a.m.		
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**			**CARACTERIZACION**			
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**	**INTERVENCIÓN**					
TEMA:	Ejecución de la estrategia Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida.										
OBJETIVO:	Realizar la primera intervención lúdicas en el marco de la estrategia 4x4, orientadas promover la alimentación saludable, la importancia de la promoción de la actividad física, con el fin de contribuir a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) en estudiantes de la Institución Eduardo Suarez Orcasitas.										
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.										

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En las instalaciones de la Institución Educativa Eduardo Suárez Orcasitas se reúnen el señor José Márquez, Coordinador Académico de la institución, y la señora Kely Peña Vigoya, referente del área Vida Saludable del componente de Intervenciones Colectivas, con el fin de llevar a cabo la primera intervención de la estrategia 4x4 Salud al Cole – Valledupar te Cuida.

El equipo logístico organiza el espacio disponiendo de los elementos necesarios para el desarrollo de la actividad. Posteriormente, se solicita al Coordinador Académico permitir el ingreso de los estudiantes al auditorio, quienes son organizados por grados, facilitando así el diligenciamiento de los listados de asistencia.

La actividad inicia con la presentación del profesional a cargo, quien explica el propósito de la estrategia 4x4. Seguidamente, se realiza una oración al Creador para agradecer por el nuevo día y por la oportunidad de compartir este espacio. A continuación, se brindan las indicaciones para el correcto diligenciamiento de las listas de asistencia, aclarando que estas no deben presentar tachones ni enmendaduras.

Posteriormente, se da inicio a la dinámica "Rompe hielo pez tiburón", en la cual los estudiantes, a través de una canción, coordinan los pasos orientados por el facilitador, promoviendo la participación activa y la integración grupal. Esta estrategia permitió involucrar a todos los participantes; muchos de ellos se equivocaron en los movimientos, lo que generó risas y un ambiente de confianza y alegría que facilitó la disposición para el desarrollo de la actividad.

Concluida la dinámica, se continúa con el desarrollo de la temática apoyada en diapositivas, siguiendo el orden establecido para abordar los contenidos relacionados con la promoción de estilos de vida saludables en el marco de la estrategia 4x4 Salud al Cole – Valledupar te Cuida.



Durante la intervención, se desarrollan las temáticas orientadas a fortalecer los conocimientos y hábitos relacionados con la alimentación saludable y la actividad física como pilares fundamentales de los estilos de vida saludables mediante el uso de ayudas didácticas.

En el primer momento, se aborda el tema de alimentación saludable, destacando la importancia de aumentar el consumo de frutas, verduras, granos integrales y alimentos con alto contenido de fibra.



Se hace énfasis en reconocer y evitar los alimentos procesados y ultraprocesados por su alto contenido de grasas, azúcares y sodio, y en cómo su consumo frecuente se asocia con el desarrollo de enfermedades respiratorias crónicas, cardiometabólicas y cerebrovasculares. Asimismo, se orienta a los estudiantes sobre la lectura del etiquetado nutricional como herramienta para realizar una adecuada selección de alimentos saludables. Se socializan también las características y efectos negativos del consumo de **bebidas azucaradas y energizantes**, resaltando su relación con el aumento del riesgo de enfermedades cardiovasculares y metabólicas.



En el segundo momento, se trabaja la temática relacionada con la **promoción de la actividad física y la movilidad activa**, resaltando los riesgos del sedentarismo, la inactividad física, el sobrepeso, la obesidad y el estrés psicosocial. Se explica el concepto de **peso saludable** y se orienta sobre estrategias para su reconocimiento y mantenimiento. Además, se presenta el **tiempo recomendado de actividad física** para cada etapa del curso de vida y se destacan los múltiples beneficios que esta práctica genera para el bienestar físico, mental y emocional.



Durante la intervención, los estudiantes participan activamente formulando preguntas y

comentarios relacionados con las temáticas abordadas.

Una de las inquietudes de los estudiantes es si al consumir frutas y verduras todos los días es posible evitar completamente las enfermedades. Ante esta pregunta, se explica que, aunque una alimentación saludable fortalece el sistema inmunológico y disminuye el riesgo de padecer enfermedades crónicas, **no garantiza la ausencia total de enfermedades**, ya que influyen otros factores como la actividad física, el descanso adecuado, la hidratación, la salud mental, la genética y las condiciones del entorno.

Se aclara además que la adopción de hábitos saludables no busca eliminar el riesgo por completo, sino **reducir la probabilidad de enfermar y mejorar la calidad de vida**, fomentando una relación equilibrada con la alimentación, la actividad física y el cuidado integral del cuerpo.



Como parte final de la intervención, se lleva a cabo la dinámica **"Corre para ganar"**, en la cual se invita a participar a un estudiante del grado sexto y a otro del grado séptimo. Cada uno debe recorrer un circuito con obstáculos y clasificar fichas relacionadas con hábitos saludables y no saludables, guiándose por el color de las tarjetas: roja, amarilla y verde.

El grado sexto resulta ganador, al llegar primero y organizar correctamente las fichas correspondientes al color verde, que representan los hábitos saludables. La actividad se desarrolla en un ambiente divertido y emocionante, con el apoyo y la motivación de los compañeros que, desde sus lugares, animan a los participantes.

Como reconocimiento simbólico, se entrega un incentivo proveniente de donaciones a los ganadores, destacando su participación y entusiasmo. Posteriormente, se realiza una conclusión en la que se resalta la importancia de adoptar hábitos saludables desde la adolescencia, con el fin de prevenir o reducir el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles.

Finalmente, se expresan los agradecimientos a la institución educativa y a los estudiantes por su participación y escucha activa, y se entrega material informativo alusivas a la actividad, como complemento. Durante la intervención se cuenta con la asistencia de los grados 601,602,603,604,701,702,703.

La intervención desarrollada en la Institución Educativa Eduardo Suárez Orcasitas evidencia un

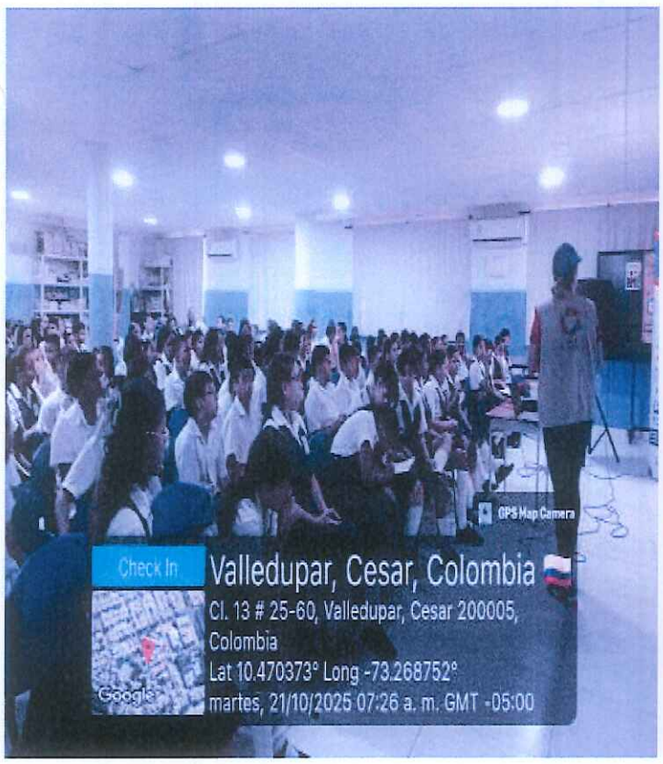
impacto positivo en la comunidad estudiantil, al fortalecer los conocimientos y actitudes frente a la adopción de hábitos saludables. A través de las actividades lúdicas y participativas, los estudiantes lograron comprender la importancia de mantener una alimentación equilibrada, realizar actividad física de manera regular y reconocer los factores que influyen en la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles.

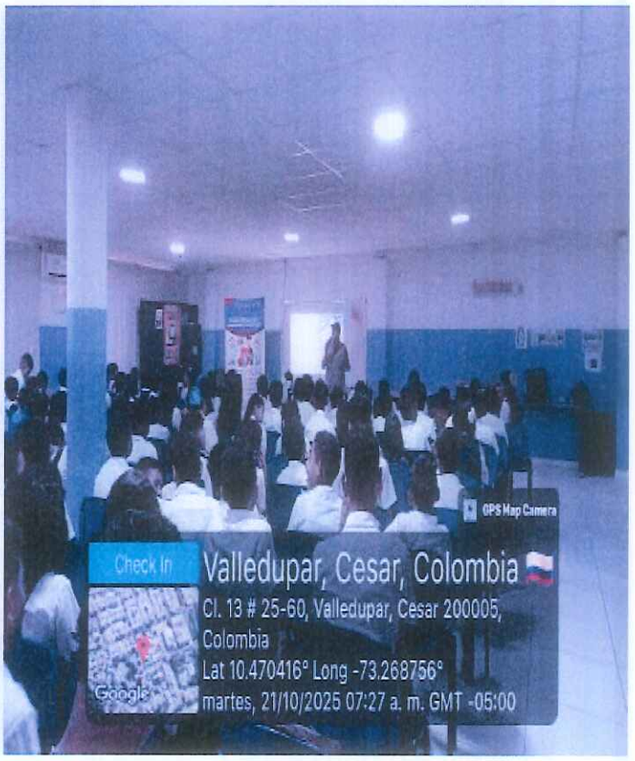
El uso de dinámicas como "Pez tiburón" y "Corre para ganar" permitió captar el interés y promover la participación activa de los estudiantes, generando un ambiente de aprendizaje agradable, colaborativo y motivador. Se observó un alto nivel de interacción, entusiasmo y apropiación de los mensajes informativos, lo cual refleja la efectividad de la estrategia 4x4 *Salud al Cole – Valledupar te Cuida* en el fortalecimiento del autocuidado desde la etapa escolar.

En conclusión, la intervención contribuye de manera significativa al desarrollo de competencias para la vida saludable, fomentando en los estudiantes la reflexión sobre la importancia de cuidar su salud y adoptar comportamientos responsables que impacten positivamente en su bienestar presente y futuro.

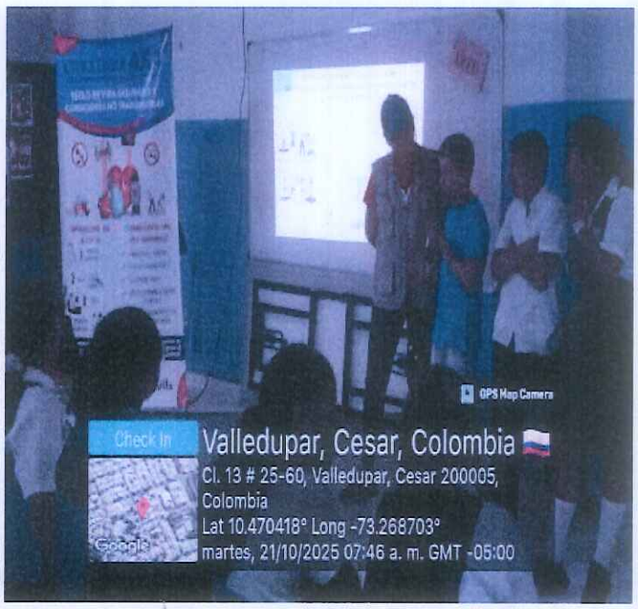
REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Fecha: 21 de octubre de 2025
Hora: 7:00 am
Estrategia 4x4 -salud al cole -Valledupar te cuida
Primera intervención - Institución educativa Eduardo Suarez Orcasitas



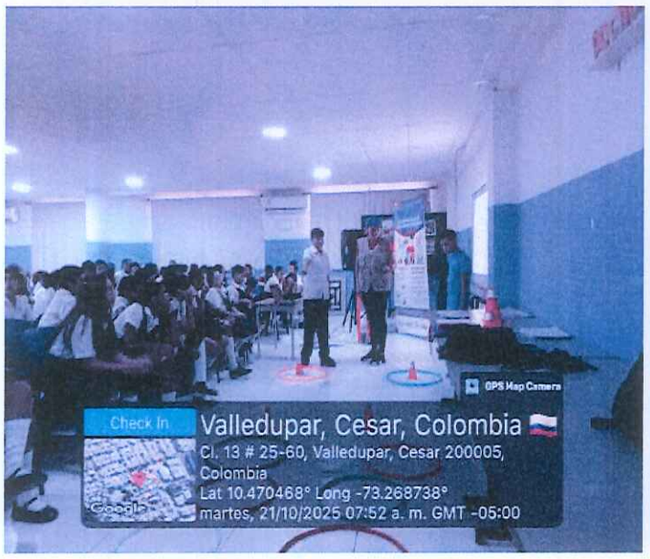



GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470415° Long -73.268748°
martes, 21/10/2025 07:27 a. m. GMT -05:00


GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470418° Long -73.268703°
martes, 21/10/2025 07:46 a. m. GMT -05:00


GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470452° Long -73.268788°
martes, 21/10/2025 07:30 a. m. GMT -05:00

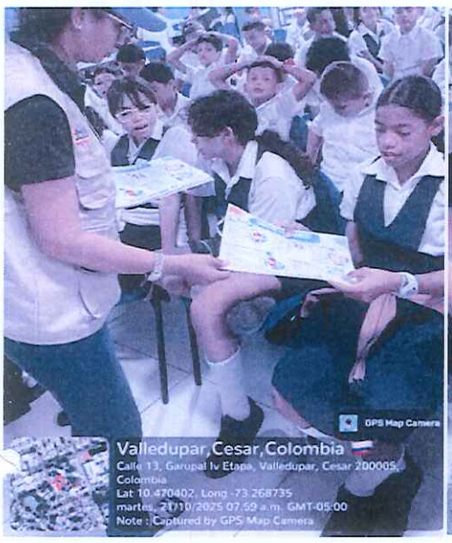

GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470424° Long -73.268751°
martes, 21/10/2025 07:47 a. m. GMT -05:00


GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470468° Long -73.268738°
martes, 21/10/2025 07:52 a. m. GMT -05:00


GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470432° Long -73.268736°
martes, 21/10/2025 07:54 a. m. GMT -05:00











ANEXOS:	LISTADO DE ASITENCIA CERTIFICACIÓN			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo/ cedula:	REFERENTE DEL ÁREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES/1067711131		
	NOMBRE	**CARGO/ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	JOSÉ MÁRQUEZ	COORDINADOR ACADÉMICO IE EDUARDO SUAREZ ORCASITAS	8637370	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely Pena Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suaiza Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Maria Celeste Rodriguez Medina	1067625390	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria Celeste Rodriguez Medina
2	Isabella Sofia Gomez Pacheco	1065817840	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella Sofia Gomez Pacheco
3	Isabella Sofia Estrada Cardenas	1067625504	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella Sofia Estrada Cardenas
4	Maria Fernanda Juado Orozco	1067626908	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria Fernanda Juado Orozco
5	Leidy Diana Charris Gonzalez	1066885406	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Leidy Diana Charris Gonzalez
6	Meryem Cristina Aguilar Cerano	1067622608	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Meryem Cristina Aguilar Cerano
7	Danna Valentina Jimenez Penaranda	1067626630	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Danna Jimenez.
8	Stella Sofia Gonzalez Brachero	1067624978	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Stella Sofia Gonzalez Brachero
9	Ramirez Gil Sharol Julieth	1067624258	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sharol ramirez
10	Elen Ashley Lansdorp Zambrano	1141339724	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Elen Ashley Lansdorp Zambrano

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervencion en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en Salud (Integrativa)

RESPONSABLE: Kely peña Vizcaya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez - Orasita.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	DUVAN ESTIVEN GUAIDRON MORALES	1100968586	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	DUVAN ESTIVEN GUAIDRON MORALES
2	Edwin A. mendoza Herrera	1088776523	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Andres
3	Rafael Ricardo machacon J.	1067620280	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Rafael Ricardo machacon J.
4	Austin Alejandro Crespo gomez	1137874371	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Austin crespo
5	Nicolas Arenas Garzon	1059065502	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Nicolas Arenas Garzon
6	Juan Jose Amaya ortegon	1067620289	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Jose Amaya
7	Jesus David Cuello maestre	1222968611	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jesus David Cuello maestre
8	Jose DARIO cantillo Barrios	1067624820	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose DARIO cantillo Barrio
9	Fabian Esteban mujica Pinzón	1066886326	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Fabian Esteban mujica Pinzón
10	sebastian Jose Gonzalez Ramirez	1121335354	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	sebastian Jose Gonzalez Ramirez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. -Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Zady peña Vigoya. FECHA: 21-10-25. LUGAR: IE Eduardo Suarez Oicasita.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Andres Felipe Caballero castillo	1011228820	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Andres Felipe caballero castillo
2	Sahtiago lopez Beleño	1066882 29	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sahtiago lopez Beleño
3	Carretero Leon Jaiden Felipe	1014884238	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Carretero Leon Jaiden Felipe
4	Jose samuel Pabon Ollega	1094060097	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose samuel Pabon Ollega
5	Pedro Jose Renón Pareja	1066884959	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Pedro Renón
6	Jarrison Enrique Garcia Parodis	1066885167	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jarrison Enrique Garcia Parodis
7	Carlos Javier España dovale	1044651944	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	carlos javier españa dovale
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4. - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kdy Peñaloza Rigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez. Orcasitas.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Eric Daniel Moreno Quintero	1146132630	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Eric Daniel Moreno Quintero
2	Mariana Isabel Quiñonez Guerrero	1067624979	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariana Isabel Quiñonez Guerrero
3	salome Ayala moorrial	1065828829	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	salome ayala morrial
4	Joselyn Duarte Cavadia	1065823209	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Joselyn Duarte Cavadia
5	Mariana Lucia Bonilla Olivella	1066882194	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariana Lucia Bonilla Olivella
6	Tedys Sundrith Gutierrez Parody	1065822697	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Tedys Sundrith Gutierrez Parody
7	Cristal Ospino pasos	1066293307	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Cristal Ospino pasos
8	Hernan David Ospino Tenera	1065816718	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Hernan David Ospino tenera
9	Kaner yosvath Gutierrez Rangel	1029405611	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	KANER yosvath Gutierrez Rangel
10	Ivan camilo orozco arrayo	1066792698	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Ivan Camilo Orozco arrayo

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 -INT- Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Pena Yaguna. FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Javier Alejandro Oviedo Amaya	1066292735	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Javier Alejandro Oviedo Amaya
2	Miguel esteban Aponte toloza	1067621070	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Miguel esteban Aponte toloza
3	owen yezib Jimenez Guevara	1066291707	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	owen yezib Jimenez Guevara
4	yerack redrozo contreras	1067621164	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	yerack isack redrozo contreras
5	victor Daniel Triana Rojas	1067622356	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	victor Daniel Triana Rojas
6	Jean Carlos Jaraba Balcazar	1066881504	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jean Carlos Jaraba Balcazar
7	JhojanDavid	1066883971	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jhojan David Altamar Santaba
8	Jhoan Fragozo	1066291080	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jhoan Fragozo
9	David Samuel Moreno	1066888029	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
10	Luis Alejandro Gonzalez	1029659961	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Saurt Circasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Evelyn Alcendra A.	1066297252	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Evelyn Alcendra
2	Mairith Paola Escobar	1067623395	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mairith Escobar
3	Laurin Daniela Luquez Mercado	1137725707	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Laurin Luquez
4	Manuel Maestre	1066884035	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Manuel Maestre
5	Isaac ochoa Garcia.	1066488787	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isaac ochoa
6	Sharoll Padilla Mendoza	1065816496	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sharoll Padilla
7	Allison Roda Arrieta	1137725511	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Allison Roda
8	Keila Sofia Vasquez.	1066886994	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Keila Vasquez.
9	Gabriela Sofia Rodriguez Rojas	1067623940	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Gabriela Rodriguez
10	Steven Rosado	1137726254	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Steven Rosado

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en salud e Integración

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Sanz Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	KEVIN STEWAR SALINAS JIMENEZ	1065827632	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	KEVIN SALINAS.
2	Sebastian Mendoza	1066886666	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sebastian Mendoza
3	Maria Del Carmen Martinez	1066883813	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria del Carmen Martinez.
4	Sofia Gaviz Zabala	1065879890	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sofia Gaviz Zabala.
5	ALANA MARTINEZ	1066292334	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	ALANA MARTINEZ
6	Danna Galvis Cotes	1066290587	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Danna Galvis Cotes.
7	Sebastian Cervantes	1069626100.	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sebastian Cervantes.
8	Dalia Michel Madariaga Laguna	1066292592	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Dalia Michel Madariaga Laguna.
9	Daniel Carreño	1066293683	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniel Carreño.
10	Zerely Coronado	1066291530	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Zerely Coronado.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Pena Ugueya. FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Manuel Arias Miel	1082477500	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Manuel Arias Miel
2	Jared Arboleda	1067625901	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jared Arboleda
3	Stiven cuquez	1065656270	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Stiven cuquez
4	Juan felipe Ortiz Perez	1066884398	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan felipe
5	Ronal Andrespiñeres	1066292056	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Ronal piñeres
6	Sara Sophia Castillo Gomez	1131874392	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Sara Castillo
7	Cristina I. Vega Cadena	1067624195	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Cristina V.
8	Ashley sofia Toro A.	1066886960	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Ashley s.
9	Alejandra Fuente	1067627847	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	marcelo
10	James montes	1148702861	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	James Camacho

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Katy Peña Vigoya FECHA: 21-10-25. LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Julian Stiven quintero Torres	1067621328	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Julian Stiven quintero Torres
2	Santiago Andres Gutierrez Salgado	1067622774	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Santiago Andres Gutierrez Salgado
3	Vanessa Linet Lasso Jimenez	1067624108	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Vanessa linet Lasso Jimenez
4	Ivanna Estefania Estrada M.	1067621530	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ivanna
5	Betsabé Mendoza	1065999932	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Betsabé
6	SHAIRIS	1067623448	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Cortez
7	Isabel Cortes	1065820293	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabel Cortes
8	Karol Martinez	1235542952	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Karol Martinez
9	Dhimas Josué Rincón	1067625195	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Dhimas Josue Rincon
10	Thiago Habib Racado	1044690004	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Thiago habib

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 — Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Juan Miguel Fernandez Ospino	1067625875	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Miguel Fernandez
2	José José rueda lago	1067622559	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	José José Rueda
3	Jaden David Amaya Diaz	1067622857	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jaden Amaya
4	Neivers Andres Acete Pinto	1066884991	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Neiver Andres
5	Yhoan Sebastian Lopez	1084334915	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Yhoan Lopez
6	DANIEL Santiago Guerra	1137874324	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	DANIEL Guerra
7	Luis Santiago Ayala Arcas	1083094478	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Ayala
8	Sebastian Caro Celedón	1066885133	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	
9	JESUS David Mojica	1065814049	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jesús Mojica
10	Tedis Teran Ortiz	1067625310	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Tedis Teran

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia Etq. — Información en salud (Infografía) TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

RESPONSABLE: Kely Paris Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Cristian Camilo Maestre bermudez	1067625101	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Cristian Camilo Maestre bermudez
2	Jose Morillo Perez	1064625579	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose Morillo P.
3	Oscar Alcalero.	1065816124	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Oscar Alcalero
4	Gabriela Pomargo Florez	1067620319	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Gabriela pomargo.
5	Anyeli Rodriguez	1065823237	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Anyeli Rodriguez
6	Marisol Vasquez	1065825469	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Marisol Vasquez
7	Gustavo Rojas Mendoza	1065816801	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Gustavo Rojas Mendoza
8	Daniel camilo Rivera	1065813735	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniel Camilo Rivera
9	JOSE PARRA TOYO	5978047	1	2	2	4	3	2	3		Estudiante	JOSE PARRA TOYO
10	Damaa Mejora	1066886804	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Damaa Mejora

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4R4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely perea Vigoya. FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suárez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Fabio Benavides G.	1067618037	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Fabio Benavides G.
2	Jeancarlos Chiquillo	1063967910	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jeancarlos Chiquillo.
3	hancel Castro	1137874869	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	hancel Castro.
4	Shaira Avendano M.	1064117210	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Shaira Avendano.
5	Valery Gonzalez Castro	1059065961	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Valery Gonzalez Castro.
6	NICOL GAMEZ	1065663891	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Nicol Gamez
7	mariana mora Jimenez	1066291783	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	mariana mora Jimenez
8	Natalia Mejia	1067621515	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Natalia Mejia
9	Gaela Benjumea	1137725941	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Gaela Benjumea
10	Yeudiel Aragó Muñoz	1066885485	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Yeudiel Aragó

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suárez Otra sita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Valery Sofia Sierra	1029404580	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valery Sierra
2	Cristina Mendoza	1066883125	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Cristina Mendoza
3	Luciana De Oro	1065664655	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luciana De Oro
4	Dannya Michelle Ochoa	1067620741	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Dannya Ochoa
5	Laurens Lineth B	1137724912	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Laurens Lineth B
6	Linda Mendoza	1067620254	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Linda Mendoza
7	Jesus Ortega	1065656724	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jesus Ortega
8	Geiner hernandez	1067671851	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Geiner Daniel
9	Jose miguel cortes medina	1067620076	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose Cortes
10	Brayan antonio	1137724552	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Bellatloz ospino

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 – Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Edwin rojas alcendia	1067621233	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Edwin.
2	Mariangel Uteta Quintana	1083576385	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariangel
3	Mariam sofia tesillo	1066885863	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Mariam T.
4	Sofia mercedes camacho López	1065813792	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sofia C.
5	Jauren sofia Amador mojica	1066289969	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jauren A.
6	Vanessa Alexandra castilla camacho	1065661037	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Vanessa A.
7	Isabel cristina Muñoz	1065811042	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Isabel M
8	Angela Sofia Acuña Carranza	1128151655	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Angela A.
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Inferencia en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 — Informacion en Salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely peña Mejoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Andres David Santos de Avila	1065812680	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
2	Oslep Armando	1066290481	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Lopez Parodi
3	lessir quintero	1067612384	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Lessir Quintero
4	Luis Daniel soto Leal	1066881861	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Daniel soto Leal
5	Juan Pablo Mejia	1065836452	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan pablo Mejia
6	Julian Valle Maza	1066882904	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Julian Valle Maza
7	Daniel santiago arrieta	1042003986	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
8	Ricardo Bacahana charris	1065649851	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
9	Carlos Andres Diaz cujia	1122408377	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
10	Diego Andres Rodriguez	1067615769	1	3	2	4	5	2	3		estudiante.	Diego

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Pena Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suárez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Daniela Gooz	1067618809	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	daniela G.
2	Natalia tejeda	1065815442	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Natalia T
3	Sheyla Solano	1065809334	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Sheyla S.
4	Isabella trillos	1066882896	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella trillos
5	Zelly araujo	1084745144	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Zelly araujo
6	Saray Quintero	1066095265	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Saray Quintero
7	Abigail posada	1066883178	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Abigail posada
8	Leonor Sofia	1137725203	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Leonor Sofia M.
9	Isamar viviana	1066880272	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isamar lago
10	JULIANA Hidalgo	1137725263	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	JULIANA Hidalgo

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Ocasita.

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Loreiny Salcedo	1937724947	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Loreiny
2	Milagros Barros	1067635536	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Milagros.
3	María Jiménez	1067620023	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	María Jiménez.
4	Isabell Espinosa	1067618555	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabell Espinosa.
5	Diego Daza	1066288686	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Diego Daza
6	Keuner Luna	1066882824	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Kenner Luna
7	Moises Duarte	1137725017	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Moises Duarte
8	Luis Vilora	1067620768	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Vilora
9	Jesus Pacheco	1063965349	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jesus Pacheco
10	Cuciano	1065664655	2	3	2	4	5	2	3			Cuciano DEORO.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervencion en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - INFORMACION en salud (Integral)

RESPONSABLE: Kely peña Noguera. FECHA: 21-10-25. LUGAR: IE Eduardo Suarez. Orcasitas.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Juan Jose Granados	1058356964	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Jose Granados
2	Maicol Rios M.	1137724539	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Maicol Rios M.
3	Emanuel Pasos	1067619681	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Emanuel Pasos
4	CAMILO ANDRES MATTOS	1066353032	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	CAMILO MATTOS
5	Luis Felipe Benavid	1070614541	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Felipe Benavides
6	Juan Pablo Salina Barbosa	1066883458	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Pablo salina
7	Luis Enrique Carreño	1067621114	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Carreño
8	Ana Isabella Gonzalez	1137724828	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ana Vargas
9	Esteban Camilo Marin	1065813540	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Esteban Marin
10	Juan Pablo Guevara	1066884055	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan P.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. — Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kelly Peña Vigoya FECHA: 21-10-25. LUGAR: IE Eduardo Suarez. Orcasita.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Keidys Moreno D.	1067621252	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Keidys Moreno
2	Hillary Ortiz H.	1066754131	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Hillary Ortiz
3	Mariangel Pitta Ulloa	1066884499	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariangel Pitta
4	Isabella Martinez	1067620104	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella M.
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4 x 4. — Información en salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely Peña Virgoya. FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Maria Jose Alcala Manjarrez	1067621587	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria Jose Alcala Manjarrez
2	Ana Cantillo Ortega	1065807192	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ana Cantillo Ortega
3	Valentina Contreras	1067621020	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valentina Contreras
4	Manuel Alcendra Mmzo	1066881093	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Manuel Alcendra M.
5	Andres Cojia Perez	1066292397	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Andres Cojia Perez
6	Esteban Calderon	1139432205	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Esteban Calderon
7	Shallis Duarte	1065811821	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Shallis Duarte
8	Laura Manjarrez Castro	1066880540	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Laura Manjarrez C.
9	Miguel Mercado G	1067621053	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Miguel Mercado G.
10	Joan Rincon	1030658582	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Rinco

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ___ REUNION: ___ CAPACITACION: ___ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4 x 4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita.

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Juan manuel Florez Goete	1137874097	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan manuel Florez Goete
2	Samuel Jurado	1067622487	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Samuel Jurado
3	Taliana Gutierrez	1067615453	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Taliana Gutierrez
4	Fernanda Jimenez	1066883058	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Fernanda Jimenez
5	Camilo Gutierrez	1067619924	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Camilo Gutierrez
6	Daniel Leguizamon	1065628349	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniel Leguizamon.
7	Jhus Jose Calvo	1062811721	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jhus Jose Calvo
8	IBETH HINOJOSA	1067614280	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	IBETH HINOJOSA
9	Adriana Mann G	1137725614	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Adriana Marin
10	Valeria Nuñez	1082750448	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valeria Nuñez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x9. — Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Ureyoa FECHA: 21-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Luisa Martinez	1066291349	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luisa Martinez
2	Lia Pardo Tomez	1066291895	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Lia Pardo Tomez
3	Isabella Martinez	1067621027	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella Martinez
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ÁREA:	VIDA SALUDABLE, CONDICIONES NO TRAMSIBLES									
LUGAR:	INSTITUCION EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITAS			**FECHA**	22/10/2025		**HORA INICIO**	8:00 a.m.		
							HORA FINAL	9:00 a.m.		
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**			**CARACTERIZACION**		
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**	**INTERVENCIÓN**				
TEMA:	Segunda intervención de la estrategia cuatro por cuatro (4x4) en la promoción de hábitos y estilos de vida saludables con énfasis en el no consumo de alcohol, sustancias psicopáticas, tabaco, revisión de la visión, y los factores protectores de las enfermedades cardio metabólicas									
OBJETIVO:	Realizar la segunda intervención la estrategia cuatro por cuatro (4x4) en la promoción de hábitos y estilos de vida saludables con énfasis en el no consumo de alcohol, sustancias psicopáticas, tabaco, revisión de la visión, y los factores protectores de las enfermedades cardio metabólicas en la institución educativa Eduardo Suarez Orcasitas con el fin contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable									
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.									

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

En las instalaciones de la Institución Educativa Eduardo Suárez Orcasitas se lleva a cabo la segunda intervención de la estrategia 4x4 Salud al Cole – Valledupar te Cuida, con la participación del Coordinador Académico, señor José Márquez, y de la referente del área Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles, enfermera Kely Peña Vigoya, quienes lideran el desarrollo de la actividad.

El encuentro cuenta con la participación activa de los estudiantes de los grados sexto y séptimo. a intervención inicia con una cálida bienvenida a los asistentes, seguida de la presentación del equipo responsable del componente Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles, cuya labor resulta esencial para la promoción de entornos educativos que fortalezcan el bienestar físico, mental y social de la comunidad estudiantil.

A continuación, se realiza la socialización del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), explicando que este constituye un convenio administrativo entre la E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza y la Secretaría Local de Salud, bajo la coordinación de la Administración Municipal liderada por el alcalde Ernesto Orozco. Se resalta que el PIC busca mejorar la calidad de vida de la comunidad a través de acciones colectivas en salud.

Posteriormente, los participantes adoptan una posición cómoda para dar inicio a la intervención con una oración dirigida a Dios, realizada en un marco de respeto por la diversidad de creencias. El equipo logístico dispone el espacio con los elementos necesarios para el desarrollo de la

actividad.

Durante la intervención, se abordan temas relacionados con la importancia de los hábitos saludables, el no consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, el cuidado de la visión, así como el reconocimiento de factores protectores y de riesgo, y los signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas como la hipertensión arterial, diabetes, infarto agudo de miocardio y accidente cerebrovascular (ACV). Estas temáticas buscan fomentar la adopción de conductas saludables desde la adolescencia y fortalecer los factores de protección frente a enfermedades crónicas no transmisibles.

Durante la intervención se utiliza el siguiente eje temático:

UE LOS HÁBITOS SALUDABLES: Los hábitos saludables son comportamientos y decisiones que cuidamos en nuestra vida diaria para mantenernos física y mentalmente sanos, Esto incluye:

- No consumir alcohol, tabaco, ni sustancias psicoactivas
- Cuidado con la visión
- Reconocer factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares y metabólicas.

Estos hábitos no solo mejoran la calidad de vida, sino que ayudan a prevenir enfermedades desde temprana edad.

NO CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

El no consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas es un pilar fundamental para proteger la salud física, mental y emocional, especialmente durante la adolescencia, una etapa clave de desarrollo. Estas sustancias, aunque a veces presentadas como atractivas o inofensivas, pueden generar adicción, afectar el ndimiento escolar, las relaciones personales y causar daños graves al organismo. Por eso, es importante conocer sus efectos, riesgos y las formas de prevenir su uso



¿Qué hay detrás?:

- Enfermedades graves (como cáncer, daño pulmonar o cirrosis).
- Adicción y pérdida del control.
- Problemas familiares, escolares y sociales.
- Riesgos de accidentes, peleas o decisiones peligrosas.

Frase para reflexionar:

"Lo que parece moda hoy puede dejarte cicatrices para toda la vida."

TABACO Y SUS DERIVADOS

El tabaco y sus derivados, como los cigarrillos, vapeadores y tabaco en polvo, contienen sustancias altamente adictivas que dañan los pulmones, el corazón y otros órganos del cuerpo. Aunque a veces se presentan como inofensivos o "modernos", especialmente los vapeadores, su

uso puede causar enfermedades graves desde edades tempranas. Por eso, es importante que los adolescentes conozcan sus riesgos reales y tomen decisiones informadas para cuidar su salud y bienestar.

Lema día mundial sin tabaco 2025: "Desenmascarando el atractivo"

Efectos nocivos del tabaco y sus derivados (incluyendo vapeadores)

Tabaco tradicional:

- Causa cáncer de pulmón, garganta y boca.
- Provoca enfermedades respiratorias crónicas.
- Aumenta el riesgo de infarto y derrame cerebral.

Vapeadores (cigarrillos electrónicos):

- Aunque parecen inofensivos, también contienen nicotina y otras sustancias químicas peligrosas.
- Dañan los pulmones, afectan el cerebro en desarrollo y generan adicción.
- Muchos jóvenes terminan usando cigarrillos comunes tras empezar con el vapeo.

ALCOHOL Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

El alcohol y las sustancias psicoactivas son sustancias que afectan el funcionamiento del cerebro y pueden cambiar cómo pensamos, sentimos o actuamos. El alcohol es una droga legal que, consumida en exceso, puede causar adicción, problemas de salud y accidentes. Las sustancias psicoactivas incluyen drogas como la marihuana, la cocaína o el éxtasis, y su consumo puede provocar graves daños físicos, mentales y sociales, especialmente en los adolescentes.



Alcohol en la adolescencia:

- Afecta el desarrollo del cerebro.
- Baja el rendimiento escolar.
- Aumenta los accidentes y violencia.
- Puede llevar a la dependencia en el futuro.

Sustancias psicoactivas ilegales (como marihuana, cocaína, éxtasis, etc.):

- Afectan la memoria, la concentración y el estado de ánimo.
- Pueden causar paranoia, ansiedad o depresión.
- Generan adicción y destruyen relaciones personales.

DERECHOS EN SALUD DE LOS ADOLESCENTES

Tú tienes derecho a:

- Recibir información clara y veraz sobre tu salud.

- Ser atendido con respeto, sin ser juzgado.
- Acceder a servicios de orientación y tratamiento si tienes dudas o ya estás enfrentando un problema con el consumo.



Programas y servicios de ayuda disponibles

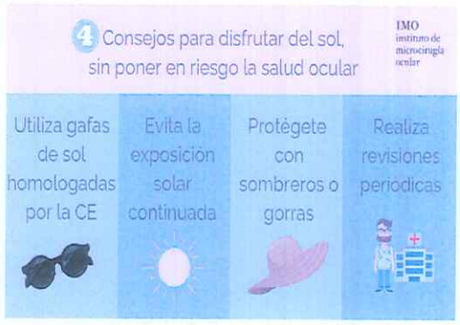
En los centros de salud hay programas gratuitos para:

- Prevenir el consumo desde edades tempranas.
- Dejar el cigarrillo, vapeadores o alcohol, con ayuda profesional.
- Atención psicológica y médica si ya hay consumo o dependencia.

Puedes acercarte al centro de salud más cercano o preguntar en tu institución educativa sobre campañas y espacios de apoyo.

MECANISMOS PARA LA PROTECCION DE LA RADIACION SOLAR PARA MANTENER UNA BUENA SALUD OCULAR O DE LOS OJOS

Proteger tus ojos de la radiación solar es fundamental para preservar una buena salud visual. A continuación, te comparto algunas recomendaciones esenciales:



Uso de gafas de sol adecuadas: Elige gafas de sol que ofrezcan una protección del 100% contra los rayos ultravioleta, tanto UV-A como UV-B. Este tipo de lentes contribuyen significativamente a prevenir afecciones oculares graves, como las cataratas o ciertos tipos de cáncer ocular.

Sombreros y vestimenta protectora: Complementa el uso de gafas con sombreros de ala ancha, que ayudan a resguardar los ojos, el rostro y el cuello de la exposición directa al sol. Además, utiliza prendas que cubran la piel para minimizar el contacto con los rayos solares.

Evita la exposición en horas críticas: Limita tu exposición al sol entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde, periodo en el que la radiación ultravioleta alcanza sus niveles más altos. Si necesitas estar al aire libre durante estas horas, asegúrate de tomar las medidas necesarias para proteger adecuadamente tus ojos.

EFECTOS DE LA EXPOSICIÓN A PANTALLAS

Exposición a fuentes de luz artificial: efectos en la salud y estrategias de prevención

En la actualidad, el estilo de vida de muchos adolescentes incluye una exposición prolongada a fuentes de luz artificial, como pantallas de dispositivos electrónicos. Esta tendencia, aunque habitual, conlleva riesgos que es importante conocer para poder prevenir o minimizar sus efectos sobre la salud.



A nivel cutáneo, la luz artificial puede desencadenar procesos de *estrés oxidativo*, alterando la hidratación natural de la piel y comprometiendo su integridad. Estos efectos pueden traducirse en un aumento de la pigmentación, pérdida de elasticidad y un envejecimiento prematuro.

En cuanto a la salud visual, la exposición constante puede provocar desde *fatiga ocular* hasta acelerar la aparición de trastornos degenerativos propios del envejecimiento, como la degeneración macular, afectando la calidad de vida visual desde etapas tempranas.

En el ámbito neurológico y hormonal, este tipo de radiación interfiere con la producción de melatonina, una hormona clave en la regulación del sueño. Su alteración puede derivar en dificultades para conciliar el sueño, insomnio y otros trastornos que impactan negativamente tanto en el bienestar físico como en el rendimiento académico y emocional.

Por estas razones, es fundamental concienciar sobre el uso responsable de dispositivos electrónicos, establecer rutinas saludables y adoptar medidas de protección que favorezcan el equilibrio entre tecnología y salud.

Como parte de las estrategias para mitigar los efectos negativos de la exposición prolongada a la luz artificial, se recomienda la práctica regular de ejercicios visuales, los cuales ayudan a reducir la fatiga ocular, mejorar el enfoque y relajar los músculos de los ojos.

Estas acciones pueden complementar las intervenciones a las que toda persona tiene derecho en el marco del Sistema General de Seguridad Social en Salud, el cual contempla programas de promoción, prevención y atención integral en salud visual. Para acceder a estos servicios, es importante afiliarse al sistema, realizar controles médicos periódicos y acudir a las instituciones prestadoras de servicios de salud (IPS), donde se puede recibir orientación, evaluación y tratamiento por parte de profesionales especializados. Estas medidas no solo contribuyen al cuidado de la visión, sino también al bienestar general y a un desarrollo saludable en la etapa adolescente.

RECONOCIMIENTO DE FACTORES PROTECTORES Y FACTORES DE RIESGO, SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES Y METABÓLICAS

¿Qué son los *factores protectores*?

Son hábitos o acciones que ayudan a **mantener tu corazón y cuerpo sanos**. Actúan como un "escudo" que te protege de enfermedades.

Ejemplos:

- Hacer actividad física con frecuencia (jugar, caminar, bailar, montar en bici).
- Comer frutas, verduras y alimentos naturales.
- Dormir bien.
- Evitar el cigarrillo, el alcohol y otras sustancias.
- Mantener buenas relaciones con familia y amigos.
- Controlar el estrés.



¿Y los *factores de riesgo*?

Son conductas o condiciones que **aumentan las probabilidades de enfermarte**, sobre todo del corazón o del metabolismo (como el azúcar en sangre).

Ejemplos:

- Comer mucha comida chatarra y bebidas azucaradas.
- No hacer ejercicio.
- Fumar o estar cerca de quienes fuman.
- Estar siempre estresado o triste.
- Tener sobrepeso u obesidad.
- Tener familiares con enfermedades del corazón o diabetes.

ENFERMEDADES QUE DEBEMOS CONOCER

1. Hipertensión Arterial (HTA)

- Es cuando la presión con la que la sangre pasa por las arterias es muy alta.
- **Síntomas comunes:** dolor de cabeza, mareo, visión borrosa, pero muchas veces **no da síntomas**, por eso se le llama "enemigo silencioso".
- Se detecta **midiendo la presión arterial**.



2. Diabetes

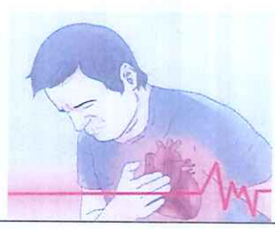
- Es cuando el cuerpo tiene **demasiada azúcar en la sangre** porque no puede usarla bien.
- **Síntomas:** mucha sed, ganas de orinar a cada rato, cansancio, hambre excesiva y pérdida de peso sin razón.
- Se detecta con **exámenes de sangre**.



3. Infarto agudo de miocardio (ataque al corazón)

- Es cuando una parte del corazón **deja de recibir sangre** por una obstrucción en las arterias.
- **Síntomas:** dolor fuerte en el pecho que puede pasar al brazo o a l cuello, dificultad para respirar, sudor frío, náuseas.

4. Accidente cerebrovascular (ACV)



- Es cuando una parte del cerebro **deja de recibir sangre**.

Síntomas: pérdida repentina del equilibrio, dificultad para hablar o mover

una parte del cuerpo, rostro torcido, visión doble.

¿Por qué es importante conocer esto desde ahora?

Porque lo que hacemos desde jóvenes influye mucho en cómo estaremos en el futuro. Si aprendemos a cuidar nuestro cuerpo ahora, podemos prevenir muchas enfermedades graves

Durante el desarrollo de la temacia, los estudiantes muestran alto interés y participación. En una de las intervenciones, una estudiante del grado 701 pregunta: *"¿Es cierto que los vapeadores no hacen daño porque no tienen tanto humo como los cigarrillos?"*; ante lo cual se aclara que, aunque parezcan menos nocivos, los vapeadores también contienen nicotina y sustancias químicas peligrosas que pueden generar adicción y afectar el cerebro en desarrollo.

En otra intervención, un estudiante del grado 602 pregunta: *"¿Si hago ejercicio todos los días, puedo comer comida chatarra sin enfermarme?"*. El facilitador explica que, aunque la actividad física ayuda a mantener la salud, una alimentación inadecuada puede causar daños a largo plazo; por ello, es necesario mantener un equilibrio entre buena nutrición, hidratación, descanso y ejercicio.

Seguidamente, se desarrolla la actividad lúdica educativa **"Juega y Aprende"**, en la cual tres representantes de los grados sexto y séptimo participan en un tablero interactivo tipo "parqués". Cada estudiante lanza un dado y avanza según el número obtenido, respondiendo preguntas relacionadas con los temas abordados. La dinámica genera entusiasmo, risas y fomenta el trabajo en equipo, fortaleciendo el aprendizaje de manera participativa y divertida.

El estudiante ganador, perteneciente al **grado sexto**, respondió de manera acertada a las preguntas planteadas y logró llegar primero al centro de la mega cartelera, demostrando comprensión de los contenidos y aplicando los conocimientos adquiridos durante la intervención.

El ganador recibe un obsequio simbólico producto de donaciones como reconocimiento a su desempeño. El resto de los estudiantes apoyan a sus compañeros desde sus lugares, generando un ambiente de integración y motivación.

Finalmente, se realiza una reflexión conjunta donde se destaca la importancia de mantener hábitos de vida saludables y evitar el consumo de sustancias psicoactivas para garantizar un futuro más sano. Se agradece a la institución educativa por su apoyo y compromiso, y se entrega material informativo complementario que refuerza los mensajes educativos.

La segunda intervención de la estrategia **4x4 Salud al Cole – Valledupar te Cuida**, desarrollada en la Institución Educativa Eduardo Suárez Orcasitas, evidencia un impacto altamente positivo en

la comunidad estudiantil, al fortalecer el aprendizaje y la reflexión sobre la importancia del autocuidado y los hábitos de vida saludable desde la adolescencia.

A través de un enfoque participativo y dinámico, se logra captar la atención de los estudiantes de los grados sexto y séptimo, quienes se involucran activamente en cada una de las actividades, formulando preguntas, compartiendo experiencias y demostrando interés por comprender cómo sus decisiones cotidianas influyen en su salud presente y futura. Las intervenciones del estudiantado reflejan curiosidad y disposición por adquirir conocimientos sobre temas como el consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas, el cuidado de la visión, la alimentación saludable y la prevención de enfermedades cardiovasculares y metabólicas.

En este contexto, la intervención cumple con los objetivos propuestos por el componente de Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles del Plan de Intervenciones Colectivas 2025, al propiciar un proceso de sensibilización y fortalecimiento de capacidades individuales y colectivas para la toma de decisiones saludables. Además, se fomenta la construcción de una cultura de autocuidado en los entornos escolares, contribuyendo a la formación de adolescentes más conscientes, informados y comprometidos con su bienestar y el de su comunidad.

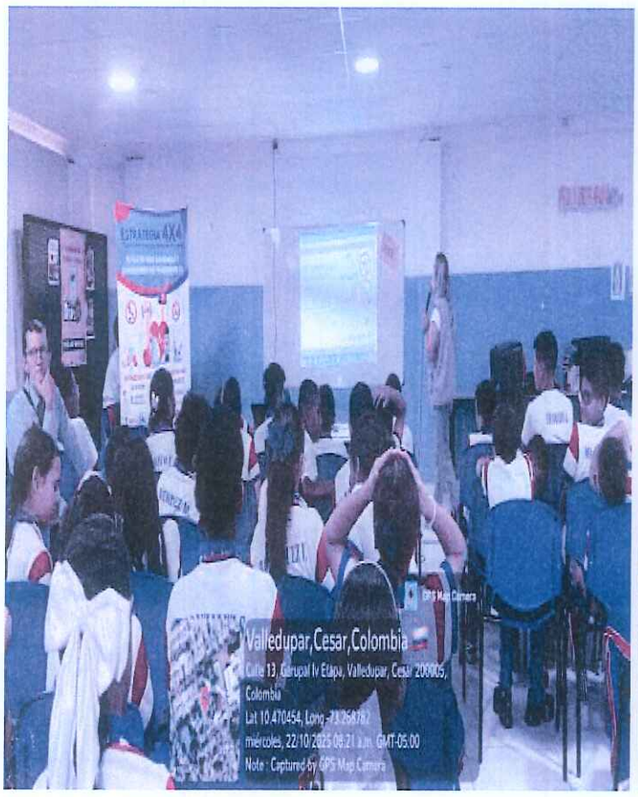
En conclusión, la actividad deja una huella positiva al promover en los estudiantes la comprensión de que cuidar la salud es una responsabilidad compartida y continua, reafirmando el compromiso del PIC con la promoción de estilos de vida que transforman y generan impacto duradero en la salud pública del municipio de Valledupar.

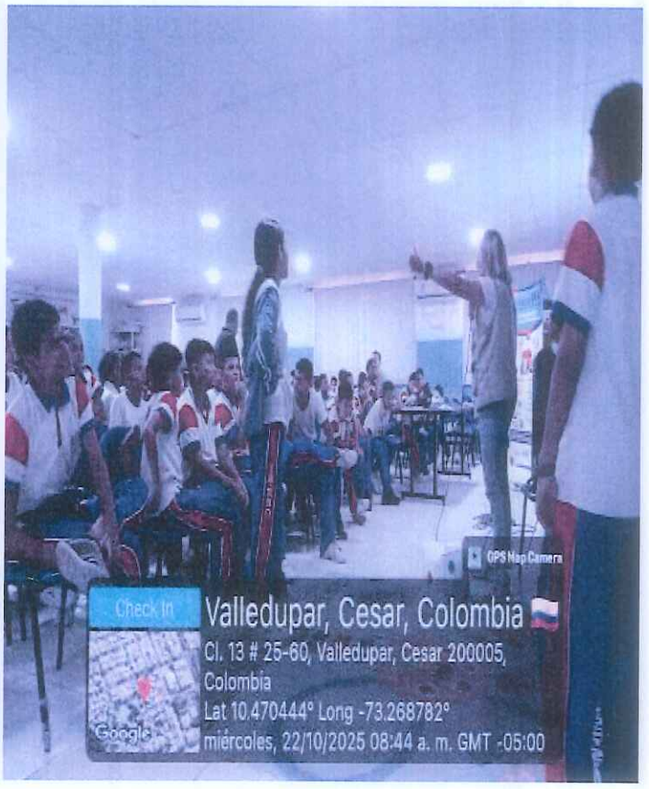
REGISTROS FOTOGRÁFICOS

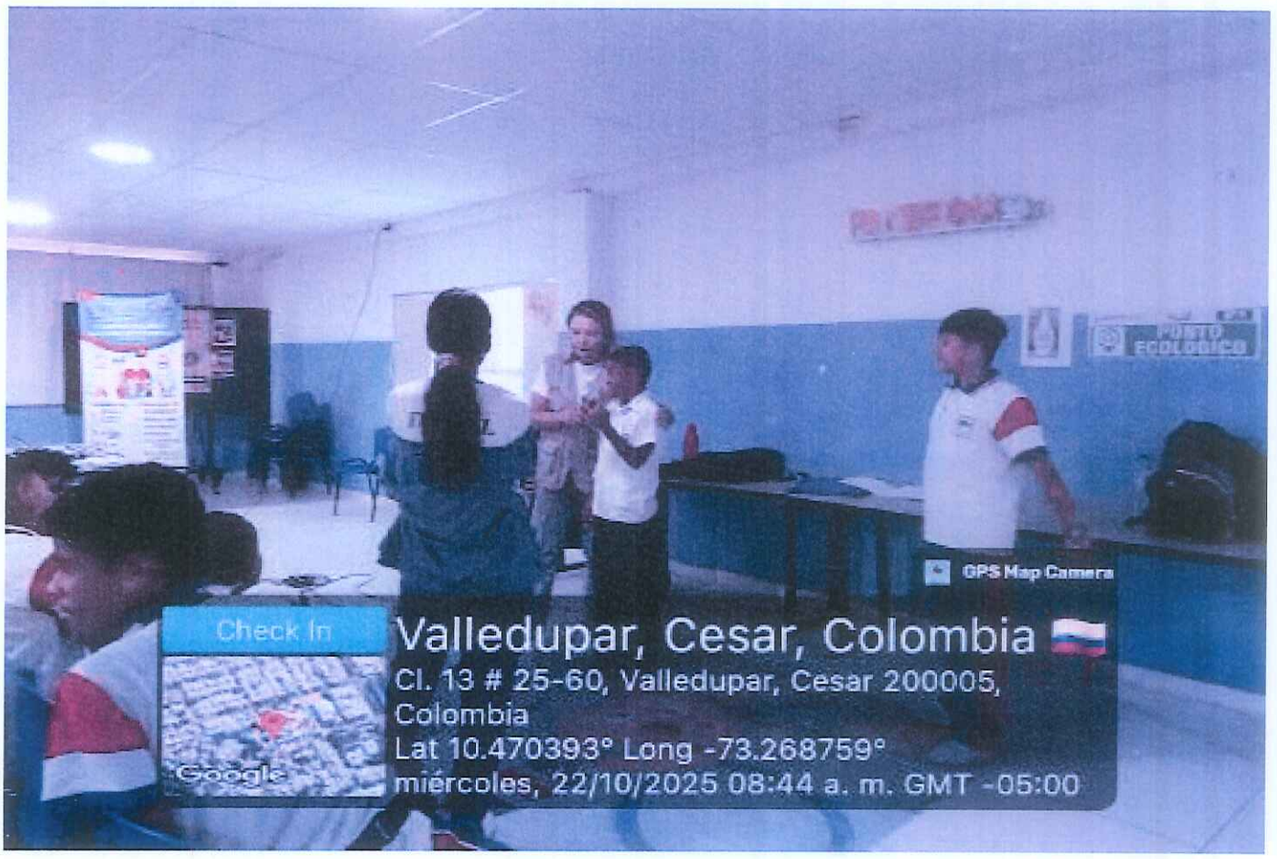
Fecha: 22 de octubre de 2025
Hora: 8:00 am
Estrategia 4x4 -salud al cole -Valledupar te cuida
Segunda intervención - Institución educativa Eduardo Suarez Orcasitas






Valledupar,Cesar,Colombia
Lat 10.470454, Long -73.268782
miércoles, 22/10/2025 08:21 a.m. GMT-05:00
Note : Captured by GPS Map Camera


GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470444° Long -73.268782°
miércoles, 22/10/2025 08:44 a. m. GMT -05:00
Google


PUESTO ECOLÓGICO
GPS Map Camera
Check In
Valledupar, Cesar, Colombia
Cl. 13 # 25-60, Valledupar, Cesar 200005, Colombia
Lat 10.470393° Long -73.268759°
miércoles, 22/10/2025 08:44 a. m. GMT -05:00
Google







ANEXOS:	LISTADO DE ASISTENCIA CERTIFICACIÓN			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo/ cedula:	REFERENTE DEL ÁREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES/1067711131		
	NOMBRE	**CARGO/ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	JOSÉ MÁRQUEZ	COORDINADOR ACADÉMICO IE EDUARDO SUAREZ ORCASITAS	86.37.320	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Interacción en salud

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Katy Pena Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Austin Alejandro Crespo Gomez	1153874371	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Austin
2	Jose Dario Cantillo Barrio	1067624820	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	JOSE DARIO
3	Jesus David Cuello Maestre	1221968611	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jesus
4	Ivan camilo orozco Arauyo	1066292698	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Ivan camilo orozco arauyo
5	Tedys Sundith Gutierrez Pardo	1065822697	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Tedys. Tedys Gutierrez
6	Mariana Lucia Bonilla Olivella	1066882194	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria celeste Roo
7	Maria celeste Rodriguez Medina	1067625390	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria celeste Rodriguez Medina
8	Isabella Sofia Gomez Pacheco	1065817840	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella Sofia Gomez Pacheco
9	Ramirez gil shaval julieth	1067624258	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Shaval ramirez
10	Sebastian cian Jose	1122335354	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	sebastian Jose G.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 – Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suárez Oicasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Javier Oviedo	1066292735	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Javier Oviedo
2	Kaner yosvath Gutierrez Rangel	1029405611	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Kaner yosvath Gutierrez Rangel
3	Edwin A. mendoza Herrera	1065823209	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	
4	Joselyn Ducute Carvajalino	1065823209	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Joselyn Ducute
5	Salome Agamia monroy	1065828829	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Salome Agamia monroy
6	Hernan David ospino Jerneva	1065816718	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Hernan David ospino Jerneva
7	Maria Fernanda Jurado Orozco	1067626908	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Maria Fernanda Jurado Orozco
8	Isabella Sofia Estrada Cardenas	1067625504	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Isa Cardenas
9	Duvan estiven guardian moreles	1006968586	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	
10	Nicolas Arenas Garzon	1059065502	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Nicolas Arenas Garzon

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Información en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4 x 4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya. FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Juan Jose Amaya ortegon								3		Estudiante	Juan Jose Amaya ortegon
2	Fabian Esteban mujica pinzon	1066886326	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Fabian Esteban mujica Pinzon
3	Mariana Isabel Quiñonez Guerrero	1067624979	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Mariana Isabel Quiñonez Guerrero
4	Elen Ashley Lansdorp Zambrano	1141339724	2	3	2	4	5	2	3		Estudeante	Elen Ashley Lansdorp Zambrano
5	Danna valentina Jimenez Peñaranda	1067626630	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Danna valentina Jimenez Peñaranda
6	Cristal Ospino pasos	1066293307	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Cristal Ospino pasos
7	Andres Felipe caballero Castillo	1011228820	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Andres Felipe caballero Castillo
8	santiago lopez Beleño	1143614897	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Santiago lopez Beleño
9	carlos javier españa dovale	1044651944	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	carlos javier españa dovale
10	Leidy diana Charris Gonzalez	1066885406	2	2	2	4	5	2	3		Estudeante	Leidy diana charris Gonzalez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Paola Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: It Eduardo Suárez Orcasita

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Pedro Jose Renón	1066884959	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Pedro Renón
2	Jose Samuel Pabon	1094060097	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jose Samuel Pabon
3	Rafael Ricardo Machacen J.	1067620280	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Rafael R. Machacon J.
4	Jarrison Enrique Garcia Parodis	1066885167	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jarrison Enrique Garcia Parodis
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4 x 4. - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Pena Urguya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasitas.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Zerely Coronado	1066291530	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Zerely Coronado
2	KEVIN STEWAR SALINAS JIMENEZ.	1065827632	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	KEVIN STEWAR SALINAS JIMENEZ
3	daniel Carreño	1066293683	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	daniel Carreño
4	Dalia Mishel Madariaga Laguna	1066292592	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Dalia Mishel Madariaga laguna
5	Sebastian Cervantes	1067626106	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sebastian Cervantes
6	Elisabet Montes Lopez	1137874202	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Elisabet montes L
7	Danys Sofia Machado contreras.	1066886139	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Dany sofia Machado contreras
8	Valery Michael Jimenez Balcazar	1065807884	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valery Michael Jimenez Balcazar
9	Lena Michelle Salas Torres	1066290817	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Lena Michelle Salas Torres.
10	Danna Galvis Cotes	1066290587	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Danna Galvis Cotes.

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA - E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Keila Sofia Vasquez	1066886994	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Keila Sofia Vasquez.
2	Gabriela Sofia Rodriguez Rojas	1067623940	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Gabriela Sofia Rodriguez Rojas.
3	Steven Rosado	1137726259	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Steven Rojado.
4	Allison Rada Arrieta	1137725511	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Allison Rada Arrieta
5	Sharil Padilla Mendoza	1065816496	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sharil Padilla Mendoza
6	Isaac ochoa Garcia	1066888787	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isaac ochoa Garcia
7	Manuel Maestre	1066884035	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Manuel Maestre.
8	Lauren Danida Luquez M	1137725107	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Lauren Luquez.
9	Mairith Pada Escobar	1067623395	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mairith Pada Escobar
10	Evelyn Alcendra	1066297757	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Evelyn Alcendra

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA - E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Poma Vigoya. FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orozco

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	ALANA MARTINEZ	1066792	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	ALANA MARTINEZ
2	Sofia Garizabalo	1065819890	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sofia Garizabalo.
3	Mariadelcarmen Martinez	1066883813	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariadelcarmen Martinez.
4	Sebastian Mendoza	106688	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sebastian Mendoza.
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL? Intervencion en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 – Información en Salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely Pana Vigoya. FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	DANIel Santiago	1137874324	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	DANIel Guerra
2	Ivanna Escobar Mujeres	1067621530	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
3	Betsabe Mojica Mendez	1065999932	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Betsabe Mojica Mendez
4	Vanessa Linex Lobo Jimenez	1067624108	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Vanessa Linex Lobo Jimenez
5	Jhoan unores villalovos contreras	1065823740	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jhoan villalovos
6	Alejandra Marcela fuente lemus	1067627847	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Alejandra marcela
7	Cristina I. Vega Cadena	1067624195	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Cristina I. Vega C.
8	Santiago Andres Gutierrez	1067622174	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Santiago gutierrez S.
9	Luis Santiago Ayola Ares	1083019478	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Ayala
10	Juan Miguel Fernandez ospino	1067625875	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Fernandez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervencion en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4 x 4 - Información en Salud (Integración) Oralia

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 22-10-25. LUGAR: IE Eduardo Suarez Oralia

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Oliwanda Zarate Perez	1065825158	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Oliwanda Zarate
2	Manuel Arias Mej	1082477500	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Manuel Arias Mej
3	Jared Arboleda L.	1067625901	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jared Arboleda L.
4	Stiven Luque	1065656270	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Stiven Luque
5	Thiago Habib Racedo	1044651004	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Thiago Habib
6	Sara Sophia Castillo Gomez Atafatra A.	1037874392	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Sara Castillo
7	Ashley sofia Toro A	1066886960	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Ashley sofia.
8	yuselith Alejandra Vizcaino	1137874788	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	yuselith Vizcaino
9	ISABEL cortes	1065820293	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	ISABEL cortes
10	SCHARIS Cortez	1067623408	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	SCHARIS cortez

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Interacciones en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Rely Peña Viguya. FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Subiz Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Julian Quintero	1067621328	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Julian Quintero
2	[illegible]	1235542952	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	[illegible]
3	Dhimas Josué Rincón Parra.	1067625195	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Dhimas Josué Rincón
4	Jesús David	1065814049	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Jesús Mojica
5	Elias de jesos	1067621737	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Elias Lopez
6	Juan Felipe Ortiz	1066884398	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan felipe Ortiz.
7	Jaden David Araya	1067622857	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jaden David Araya.
8	James montes	1148702861	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	James montes
9	Keiler Alfonso	1065823398	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Keiler
10	Neives Andres Guete pinto	1066884991	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Neive Guete

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 -Información en Salud (Infografia)

RESPONSABLE: Kely Peña Urguya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Circosita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Yeudiel Araujo.	1066885486	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Yeudiel Araujo
2	gaela Benjumea	1137725948	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	gaela Benjumea.
3	Fabio Benavides G.	1067618037	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Fabio Benavides G.
4	hancel Castro	1137874369	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	hancel Castro.
5	Jean Carlos Chiquillo	1063967910	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Jeancarlos chiquillo
6	Natalia Mejia	1067621515	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Natalia Mejia
7	Nicol Gamez	1065663899	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Nicol Gamez
8	Mariana Mora Jimenez	1066291783	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariana Mora Jimenez
9	Valery Gonzalez Castro	1059065961	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Valery Gonzalez
10	Shaira Avendaño M	1064117210	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Shaira Avendaño

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. - Información en salud. (Infografía)

RESPONSABLE: Kelly Peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Daian Mejia	1066856804	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Daian Mejia
2	Jose Parra Toyo	5978047	1	2	2	4	3	2	3		Estudiante	Jose Parra Toyo.
3	Daniel camilo Rivera	1065813735	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniel camilo Rivera
4	Gustavo Rojas Mendoza	1065816801	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Gustavo Rojas Mendoza.
5	Marisol Vasquez	1065825469	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Marisol Vasquez
6	Anyeli Rodriguez	1065823237	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Anyeli Rodriguez
7	Gabriela Pomargo Florez	1067620319	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Gabriela Pomargo Florez
8	Oscar Montero.	1065816124	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Oscar Montero
9	Esteban Rangel Saavedra	1067623478	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Esteban Rangel S.
10	Jose Rodolfo Rueda	1067622992	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Jose Rodolfo Rueda

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Interacción en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 — Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suárez Orcasita.

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Vanessa Alexandra Castilla Camacho	1065669037	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Vanessa A.
2	José Santiago Ortega Vélez	1066882588	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
3	Edwin Antonio Rojas Alcendra	1067621233	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Edwin Rojas A.
4	Diego Andres Rodriguez De la Hoz	1067615769	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Diego Rodriguez
5	Jhoan esteban Fragozo Ipatta	1066291080	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	
6	Carlos Andrés Diaz Cujia	1122408377	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Carlos.
7	Isamar bgo	1066880272	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isamar bgo
8	Luciana De Oro	1065664655	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luciana De Oro
9	Linda Mendoza	1067620254	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Linda Mendoza
10	Cristina Mendoza	1066883125	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Cristina Mendoza

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ___ REUNION: ___ CAPACITACION: ___ OTRO: X CUAL?: Intervención en Salud

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Mariam Sofia Tesillo	1066885863	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariam Sofia Tesillo
2	Abigail posada	1066883778	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Abigail posada
3	Ximena Ariza	1067619757	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ximena ARIZA
4	JULIANA Hidalgo	1137725263	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	JULIANA Hidalgo
5	Thojan David	1066883771	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Thojan David Altamar Fontalvo
6	Andres David Santos	1065812680	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Andres David santas de Avila
7	Mariangel Atera	1083876585	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariangel A
8	Angela Sofia Acuña	1128516555	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Angela Acuña
9	Isabel Cristina Muñoz	1065811042	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabel Muñoz
10	Jesus David Pacheco	1063965349	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	JESUS David Pache

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: REUNION: CAPACITACION: OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4. – Información de salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suárez Orcasitas

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. O-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Dannya Ochoa	1067[illegible]	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Dannya Ochoa
2	Valery Sierra	1029404580	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valery Sierra
3	Saray Quintero	1066095265	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Saray Quintero.
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Katy peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Sorzano Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Jose miguel cortes mesina	1067620076	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	José miguel cortes m
2	Moises Duarte.a	M3772507	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Moises duarte.a
3	Luis Viloria	1067620768	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Viloria
4	KEUNER LUNA.	1068857824	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	KEUNER LUNA.
5	Diego Daza.	1066288686	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Diego Daza.
6	Juan Jose Granados	1058356964	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Jose Granados
7	CAMILO MATTOS PAZ	1066358032	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	MATTOS
8	Brayan antonio	M37724552	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Dedalto espinos.
9	Alejandro David	1067622466	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Marchena Ocampo J
10	Esteban Camilo Marin	1065813540	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Esteban Marin

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kelly peña vigoya FECHA: 22-10-25. LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Luis Enrique C.	1067621117	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Enrique C.
2	Luis Felipe Benavides	1078614541	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luis Felipe
3	Juan Pablo Salinas B.	1066883458	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Pablo SalinasB.
4	Milagros Barrios G.	1067635536	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Milagros Barrios G.
5	Emanuel Pazos	1067619681	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Emanuel Pazos
6	Maicol Ríos M.	1137724539	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Maicol Río S.M.
7	Loreiny Marcelas	1137724947	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Loreiny Marcelas.
8	Geinc Daniel hernandez	1067619851	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Geiner Daniel
9	Juan Pablo Gutiérrez	1066884055	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Pablo G.
10	María Jurieles M.	1067620023	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	María. Juriales

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Interacción en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en Salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Perez Vigoya. FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. O-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Ana Isabella Gonzalez	1137724828	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ana Isabella GV
2	Nicoll sofid P. M	1065655157	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Nicoll sofid P.M
3	Isabella Martinez	1067620104	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella M.
4	Mariangel Dittaullo	1066884499	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Mariangel DHto
5	Keidys milena dear	1067621254	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Keidys milena
6	Daniela Gonzalez	1067618709	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniela G.
7	Natalia Tejeda	1065815442	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Natalia T.
8	sheila solano	1065809334	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	sheila S.
9	Leahor Sofia	1137725203	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Leahor S. M.P.
10	Luciana Peña	1067616649	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luciana P

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4 x 4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vigoya FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasitas

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Zelly Araujo	1089745144	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Zelly Araujo
2	Isabella Tirillos	1066882896	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella Tirillos
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL? Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 1 x 4. - Información en Salud (INFOGRAFÍA)

RESPONSABLE: Kely Paola Vigoya. FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suárez Orcasita

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Luisa Martinez	1066291349	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Luisa Martinez
2	Isabella Martinez	1067621027	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Isabella Martinez
3	Lia Pardo Torrez	1066291895	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Lia Pardo Torrez
4	Juan manuel Florez Cuete	1137874447	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan manuel Florez Cuete
5	Samuel Jurado	1067622487	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Samuel Jurado.
6	Taliana Gutierrez	1067615953	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Taliana Gutierrez
7	Valeria Nuñez	1082250798	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valeria Nuñez
8	Adriana Marin G	1137725614	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Adriana Marin
9	IBETH HINOJOSA	1067619280	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	IBETH HINOJOSA
10	Luis Jose Calvo	1062811721	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Luis Jose Calvo

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en Salud Gestante

RESPONSABLE: Kely peña Vigoya. FECHA: 22-10-25 LUGAR: IE Eduardo Suarez Orcasita

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. O-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Fernanda Jimenez	1066883058	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Fernanda Jimenez
2	Camilo Gutierrez	1067619924	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Camilo Gutierrez
3	Daniel Leguizamon	1065628349	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Daniel Leguizamon
4	María José Alcala Manjarrez	1067621587	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	María José Alcala Manjarrez.
5	Ana Cantillo Ortega	1065807192	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Ana Camilo Ortega.
6	Valentina Contreras.	1067621020	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Valentina Contreras.
7	Manuel Alcendra Muñoz	1066881093	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Manuel Alcendra M.
8	Andres Cujia Perez	1066292399	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Andres Cujia Perez.
9	Esteban Calderon	1193432205	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Esteban Calderon.
10	Juan Rincon	1030658582	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Juan Rincon.

REPUBLICA DE COLOMBIA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITA
EDUCACIÓN PREESCOLAR, BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA
CREADA POR EL DECRETO 00147 DEL 5 DE AGOSTO DE 1980
APROBADA POR RESOLUCIÓN No 000749 DEL 29 DE NOVIEMBRE DE 2022,
EMANADA DE LA SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL DE VALLEDUPAR
DANE 120001003246- NIT. 824.000.934-3

EL RECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITA

CERTIFICA:

En la ciudad de Valledupar, a los 11 días del mes de noviembre de 2025, se certifica que la señora **Kely Dulfay Peña Vigoya**, identificada con cédula de ciudadanía número 1.067.711.131, expedida en Agustín Codazzi, cesar, llevó a cabo la **primera intervención** correspondiente a la **estrategia 4 × 4**, en el marco de la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en alimentación balanceada y educación en actividad física, dentro del área de Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles.

Esta actividad se realizó a través del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), convenio administrativo entre la Secretaría Local de Salud y la E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza, dirigida a estudiantes de la institución educativa Eduardo Suarez Orcasitas, con programación previamente concertada.

La intervención tuvo lugar el día 21 de octubre de 2025, en el horario de 7:00 a.m. a 8:00 a.m., y estuvo dirigida a los estudiantes de los grados sexto y séptimo.

El objetivo principal de esta intervención fue fortalecer el conocimiento y la conciencia de los estudiantes sobre la importancia de adoptar hábitos saludables, como una alimentación adecuada y la práctica regular de actividad física, con el fin de promover su bienestar integral, prevenir enfermedades crónicas no transmisibles y fomentar estilos de vida saludables desde temprana edad.

La presente certificación se expide para los fines que el interesado estime convenientes.

Atentamente;

LUIS CARLOS MAESTRE BARRAS
Rector

REPUBLICA DE COLOMBIA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL
INSTITUCIÓN EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITA
EDUCACIÓN PREESCOLAR, BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA SECUNDARIA Y MEDIA
CREADA POR EL DECRETO 00147 DEL 5 DE AGOSTO DE 1980
APROBADA POR RESOLUCIÓN No 000749 DEL 29 DE NOVIEMBRE DE 2022,
EMANADA DE LA SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL DE VALLEDUPAR
DANE 120001003246- NIT. 824.000.934-3

EL RECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA EDUARDO SUAREZ ORCASITA

CERTIFICA:

En la ciudad de Valledupar, a los 11 días del mes de noviembre de 2025, se certifica que la señora **Kely Dulfay Peña Vigoya**, identificada con cédula de ciudadanía número 1.067.711.131, expedida en Agustín Codazzi, Cesar, llevó a cabo la **segunda intervención** correspondiente a la **estrategia 4 × 4**, en el marco de la promoción de hábitos de vida saludable, con énfasis en la prevención del consumo de alcohol, tabaco, sustancias psicoactivas, cuidados de la visión y factores protectores de las enfermedades cardiometabólicas con el fin de contribuir a la reducción de factores de riesgo asociados a las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT).

Esta actividad se realizó a través del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), convenio administrativo entre la Secretaría Local de Salud y la E.S.E. Hospital Eduardo Arredondo Daza, dirigida a estudiantes de la institución educativa Eduardo Suarez Orcasitas, con programación previamente concertada.

La intervención tuvo lugar el día 22 de octubre de 2025, en el horario de 8:00 a.m. a 9:00 a.m., y estuvo dirigida a los estudiantes de los grados sexto y séptimo.

El objetivo principal de esta intervención fue fortalecer el conocimiento y la conciencia de los estudiantes sobre los riesgos y consecuencias del consumo de alcohol, tabaco, sustancias psicoactivas, promoviendo estilos de vida saludables y el desarrollo de habilidades para la toma de decisiones responsables que contribuyan a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles y al bienestar integral desde temprana edad.

La presente certificación se expide como constancia de la actividad realizada y para los usos que el interesado considere pertinentes.

Atentamente;

LUIS CARLOS MAESTRE BARRAS
Rector

AREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLE

ESTRATEGIA CUATRO POR CUATRO (4X4) SALUD AL COLE- VALLEDUPAR TE CUIDA

INSTITUCION EDUCATIVA

RICARDO GONZALEZ

Valledupar 3 de octubre de 2025

Señor:

ANA LUISA GONZALEZ OÑATE

Rectora de la Institución Educativa Ricardo González

Cordial saludo

Asunto: Concertar intervenciones lúdicas en el marco de la estrategia Cuatro por Cuatro (4x4), orientadas a la promoción de la salud y al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables.

Con el objetivo de promover en la comunidad estudiantil hábitos y estilos de vida saludables y dar a conocer sus múltiples beneficios, la Secretaría de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza, a través del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), ha organizado intervenciones en salud mediante actividades lúdico-educativas dirigidas al entorno educativo de secundaria, especialmente a los estudiantes de los grados sexto y séptimo de las instituciones educativas del área urbana del municipio de Valledupar.

En este sentido, nos complace informarles que se ha realizado una selección cuidadosa de la muestra de participantes con el fin de asegurar que el contenido del programa sea pertinente y ajustado a las necesidades de esta población. Nos gustaría contar con la presencia y participación activa de todos los alumnos de los grados mencionados, para enriquecer las intervenciones con sus preguntas, experiencias e inquietudes.

El propósito de esta estrategia es proporcionar información valiosa y actualizada sobre estilos de vida saludables, fortalecer el conocimiento de la comunidad educativa en torno al autocuidado, y promover una transformación positiva de los entornos escolares hacia modos, condiciones y estilos de vida más sanos. Esta actividad se enmarca en la iniciativa **"Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole – Valledupar te cuida"**, cuyo objetivo es contribuir al mejoramiento del entorno educativo para favorecer el estilo de vida saludable.

Agradecemos de antemano su apoyo y colaboración para la programación y desarrollo exitoso de estas actividades, que sin duda beneficiarán a toda la comunidad escolar y sus familias.

Quedamos atentos a su disposición y a la coordinación de fechas para la implementación de esta importante iniciativa.

Cordialmente,

Kely Dulfay Peña Vigoya
Enfermera Jefe-HEAD
Cel: 3007804480

Recibí Ana Luisa Conforme 3/10/25

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	**SECRETARIA LOCAL DE SALUD** **ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES**	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	VIDA SALUDABLE, CONDICIONES NO TRAMSIBLES										
LUGAR:	**INSTITUCION EDUCATIVA RICARDO GONZALEZ**			**FECHA**	7/10/2025		**HORA INICIO**	11:00 a.m.			
							HORA FINAL	11:40 a.m.			
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**	X	**CARACTERIZACION**				
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**						
TEMA:	Concertación para ejecución de la estrategia Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida.										
OBJETIVO:	Concertar el desarrollo don intervenciones lúdicas en el marco de la estrategia 4x4, orientadas promover la alimentación saludable, la importancia de la promoción de la actividad física, prevenir el consumo de alcohol, tabaco, cuidado de la visión, reconocimiento de factores protectores y factores de riesgo, signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas el fin de contribuir a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) en estudiantes de la Institución Ricardo González										
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.										

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Se reunieron en las instalaciones de la Institución Educativa Ricardo González cotes la señora Ana Luisa González Oñate, la rectora de la institución, y la señora Kely Peña Vigoya, referente del componente de Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) del municipio de Valledupar, con el propósito de concertar dos intervenciones de la estrategia 4x4 "Salud al Cole – Valledupar Te Cuida".

Durante la reunión se socializó el objetivo, la metodología y el alcance de la estrategia, resaltando su enfoque en la promoción de estilos de vida saludables dentro de la comunidad educativa, a través de intervenciones lúdicas y participativas.

Se hizo especial énfasis en los siguientes temas: alimentación saludable, importancia de la actividad física regular, prevención del consumo de alcohol, tabaco y sustancias psicoactivas, cuidado de la salud visual, reconocimiento de factores protectores y de riesgo, así como la identificación temprana de signos y síntomas de enfermedades cardiovasculares y metabólicas como hipertensión arterial, diabetes, infarto agudo de miocardio y accidente cerebrovascular, entre otras.

Estos componentes fueron presentados como pilares fundamentales para contribuir al bienestar integral de los estudiantes, promoviendo no solo la adquisición de conocimientos, sino también el desarrollo de actitudes y prácticas que fortalezcan su autocuidado y calidad de vida.

Posteriormente, y en común acuerdo entre las partes, se definieron los siguientes compromisos para la ejecución de las intervenciones:

- El coordinador manifestó su aprobación para el desarrollo de las intervenciones, agendándolas en el calendario institucional de la siguiente manera:
- **Primera intervención**: martes 21 de octubre de 2025 a las 7:00 a.m.
  Segunda intervención: miércoles 22 de octubre de 2025 a las 8:00 a.m.
- La institución brindará respaldo logístico para el desarrollo de las intervenciones, señalando que los horarios podrán ajustarse según la dinámica académica del día.
- Se definió que los grados a intervenir serán cuatro grupos de sexto (601,602,603) y cuatro grupos de séptimo (701, 702, 703), con un promedio de 36 estudiantes por curso.
- Debido a las limitaciones de espacio físico, y al gran número de estudiantes se acordó realizar la intervención en el comedor
- Una vez culminadas las intervenciones, la institución educativa expedirá una certificación de la actividad realizada.
- Como medida preventiva, se realizará una llamada de confirmación días previos al evento, con el fin de verificar la disponibilidad del espacio y evitar contratiempos de última hora.

Finalmente, se agradeció a la institución por su disposición y compromiso en el desarrollo articulado de esta estrategia de salud escolar, en beneficio del bienestar y la formación integral de los estudiantes.

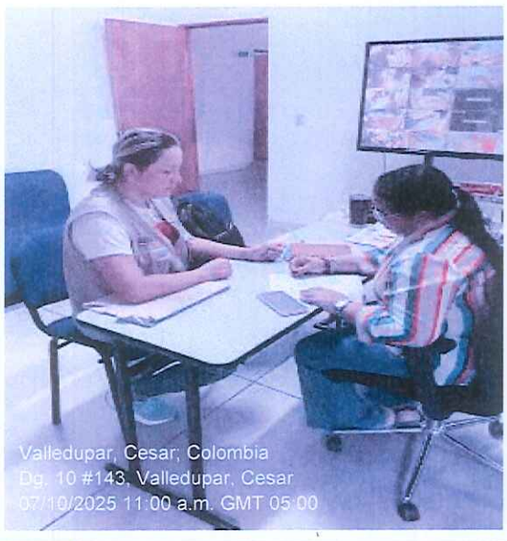
COMPROMISOS

Tarea/actividad	Responsable	Fecha de compromiso
Realizar dos intervenciones lúdicas según lo descrito en el cronograma establecido.	PIC	21 y 22 de octubre de 2025
Facilitar los recursos para la realización de las intervenciones: Docentes, estudiantes, auditorio.	IE Eduardo Suarez Orcasitas	21 y 22 de octubre de 2025

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

FECHA: 7/10/2025
HORA: 11:00 M

ESTRATEGIA 4X4, SALUD AL COLE VALLEDUPAR TE CUIDA
CONCERTACIÓN DE DOS INTERVENCIONES LUDICAS EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA RICARDO GONZALEZ





ANEXOS:	No aplica			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo/ cedula:	REFERENTE DEL ÁREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES/1067711131		
	NOMBRE	**CARGO/ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	ANA LUISA GONZÁLEZ OÑATE	RECTORA IE RICARDO GONZALEZ	49-782.571	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR SALUD	**SECRETARIA LOCAL DE SALUD** **ACTA DE REPORTE DE ACTIVIDADES**	HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ÁREA:	VIDA SALUDABLE, CONDICIONES NO TRAMSIBLES								
LUGAR:	INSTITUCION EDUCATIVA RICARDO GONZALEZ			**FECHA**	20/10/2025		**HORA INICIO**	7:00 a.m.	
							HORA FINAL	8:00 a.m.	
TIPO DE INTERVENCIÓN:	**JORNADAS**		**TAMIZAJE**		**CONCERTACION**		**CARACTERIZACION**		
	DIALOGO		**VISITA**		**OTRA/CUAL:**	**INTERVENCIÓN**			
TEMA:	Ejecución de la estrategia Cuatro por cuatro (4x4) Salud al Cole- Valledupar te cuida.								
OBJETIVO:	Realizar la primera intervención lúdicas en el marco de la estrategia 4x4, orientadas promover la alimentación saludable, la importancia de la promoción de la actividad física, con el fin de contribuir a la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) en estudiantes de la Institución Ricardo González								
POBLACIÓN OBJETIVO:	Infancia, adolescencia.								

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Previa concertación con los directivos de la Institución Educativa Ricardo González, se reúnen en las instalaciones del comedor escolar, con la participación de la coordinadora académica Kellys Fuentes, referente del área Vida Saludable y Condiciones No Transmisibles de la Secretaría Local de Salud, Kely peña Vigoya, Liseth Escobar, apoyo logístico y los estudiantes de los grados sexto y séptimo. El propósito del encuentro es desarrollar la primera intervención de la estrategia 4x4 "Salud al Cole – Valledupar te Cuida", enfocada en la promoción de hábitos saludables con énfasis en alimentación saludable y la importancia de la actividad física.

Con antelación, el equipo logístico organiza cuidadosamente el espacio, disponiendo de elementos necesarios para el desarrollo de la intervención.

Una vez el espacio está preparado, ingresan los estudiantes de los grados sextos, seguidos por los de séptimo, quienes se organizan ordenadamente. Al iniciar, la referente realiza una breve presentación, explicando el nombre, propósito y alcance de la estrategia 4x4 "Salud al Cole – Valledupar te Cuida", destacando su importancia en la construcción de entornos escolares saludables. Seguidamente, se eleva una oración al Creador, resaltando la importancia de encomendar cada actividad a Dios, agradecer por la vida y pedir orientación para alcanzar las metas personales y colectivas, respetando siempre la diversidad de creencias presentes.

Posteriormente, se da inicio a la dinámica rompe hielo denominada **"Pez Tiburón"**, la cual tiene como finalidad promover la integración y disposición de los estudiantes. Durante la actividad, se reproduce una canción que indica pasos coordinados, mientras la referente guía los movimientos. De manera intencionada, realiza algunos gestos diferentes a los indicados, provocando que los estudiantes se equivoquen y generando un ambiente de risa y diversión.

Este momento rompe la tensión inicial y estimula la participación activa, preparando a los estudiantes para escuchar con atención y entusiasmo el desarrollo de la intervención educativa.

Se explica a los asistentes que, durante el desarrollo de la actividad, se estará pasando el listado de asistencia, el cual deben diligenciar con la información solicitada. Se enfatiza la importancia de hacerlo con cuidado y letra legible, evitando tachones o enmendaduras, ya que estos registros son necesarios para garantizar la validez y organización del proceso de participación.

Seguidamente se procede a desarrollar el siguiente orden temático:

Alimentación Saludable

Una alimentación saludable es aquella que proporciona todos los nutrientes esenciales y la energía necesaria para el funcionamiento óptimo del organismo. Esta debe ser equilibrada, completa y variada, garantizando:



1. Mantenimiento del estado de salud general
2. Prevención de enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión y enfermedades cardíacas
3. Adecuado funcionamiento de los sistemas corporales
4. Mejora del proceso digestivo y de la función intestinal
5. Conservación de un estado físico óptimo

Grupos de Alimentos Recomendados:

6. **Frutas y verduras:** ricas en vitaminas, minerales y antioxidantes; favorecen el sistema inmunológico y la salud digestiva.
7. **Cereales y granos integrales:** fuente de energía sostenible, fundamentales para una dieta balanceada.
8. **Proteínas:** esenciales para la regeneración y mantenimiento de los tejidos corporales, presentes en carnes magras, pescados, huevos, legumbres y frutos secos.
9. **Lácteos:** aportan calcio y vitamina D, necesarios para la salud ósea.



Alimentos cuyo consumo debe ser moderado o reducido

Es igualmente importante limitar la ingesta de ciertos productos que, si bien pueden ser de consumo habitual en la dieta moderna, contribuyen negativamente a la salud cuando se consumen

en exceso:

Alimentos ultraprocesados: Como snacks empaquetados, comidas rápidas, embutidos y productos con conservantes artificiales. Suelen contener altos niveles de sodio, azúcares añadidos, grasas trans y aditivos químicos.



Bebidas azucaradas: Incluyendo gaseosas, jugos artificiales y bebidas energéticas, las cuales aportan calorías vacías y aumentan el riesgo de desarrollar enfermedades como diabetes tipo 2 y obesidad.

Dulces y productos de panadería industrial: Su consumo excesivo puede provocar desequilibrios en los niveles de glucosa y favorecer el aumento de peso.

Grasas saturadas y trans: Presentes en frituras, margarinas industriales y productos de pastelería, se asocian con un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Importancia de Promover la Actividad Física y la Movilidad Activa

Fomentar la actividad física y la movilidad activa (como caminar o usar la bicicleta en lugar de vehículos motorizados) es fundamental para construir comunidades más saludables. Esta promoción debe iniciar desde la infancia y mantenerse durante toda la vida, ya que previene enfermedades, fortalece las relaciones sociales y mejora la calidad de vida. Las instituciones educativas, los entornos laborales y los gobiernos locales tienen un rol determinante en la creación de espacios que favorezcan esta práctica diaria.



Que es la actividad física y cuáles son los riesgos Asociados a la Inactividad Física

La actividad física es cualquier movimiento del cuerpo que te hace gastar energía, como correr, saltar, bailar o jugar.".

La falta de movimiento, también conocida como sedentarismo, puede tener consecuencias graves para la salud:

Obesidad y sobrepeso: Resultados de un desequilibrio entre la energía consumida y la energía gastada. Ambas condiciones elevan el riesgo de enfermedades metabólicas y cardiovasculares.

Estrés psicosocial: La inactividad física reduce la producción de neurotransmisores asociados al bienestar emocional, lo que puede agravar cuadros de ansiedad, depresión y tensión social o

familiar.

Disminución de la capacidad funcional: Con el tiempo, la falta de actividad debilita los músculos, reduce la flexibilidad, la resistencia y la capacidad cardiorrespiratoria.

Comprender el Concepto de Peso Saludable

Tener un peso saludable no significa solo ver un número en la balanza. Es más bien tener un buen equilibrio entre grasa, músculo y agua en el cuerpo, comer bien y hacer ejercicio con regularidad. Para mantener un peso saludable, es importante tener buenos hábitos, estar atentos a los cambios en nuestro cuerpo y buscar ayuda de profesionales si lo necesitamos

Estrategias para mantener un peso saludable:

10. Alimentación equilibrada y consciente.
11. Incorporación de actividad física moderada a intensa, de manera habitual.
12. Descanso adecuado y manejo del estrés.
13. Evitar el consumo de alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas.
14. Autoevaluación periódica del estado de salud con el acompañamiento de personal médico.

Recomendaciones de Actividad Física Según el Curso de Vida

Cada etapa del ciclo vital requiere una cantidad y tipo de actividad física específica para promover el desarrollo integral:

15. Niños y adolescentes (5-17 años): Al menos 60 minutos diarios de actividad física moderada a vigorosa. Se recomienda incluir ejercicios aeróbicos, así como actividades que fortalezcan huesos y músculos, tres veces por semana.
16. Adultos (18-64 años): Un mínimo de 150 a 300 minutos semanales de actividad física moderada, o 75 a 150 minutos si es de intensidad vigorosa, distribuidos a lo largo de la semana.
17. Adultos mayores (65 años en adelante): Además de cumplir con las recomendaciones anteriores, deben incorporar actividades que favorezcan el equilibrio y prevengan caídas, así como ejercicios de fuerza muscular.

Como cierre de la intervención, se desarrolla la actividad lúdica **"corre para ganar"**, la cual es una estrategia diseñada para reforzar de forma dinámica los conocimientos adquiridos durante la intervención. En esta participan dos estudiantes: uno del grado sexto y otro del grado séptimo, quienes asumen el desafío de completar un recorrido que combina agilidad física y agudeza mental.

Durante la actividad, los participantes deben superar pequeños obstáculos y clasificar una serie de tarjetas que contienen ejemplos de comportamientos saludables y no saludables. Las tarjetas están organizadas por colores verde, amarillo y rojo que simbolizan decisiones favorables, de alerta o

perjudiciales para la salud. El objetivo consiste en llegar a la meta y ubicar correctamente las tarjetas en el espacio correspondiente, demostrando comprensión de los temas abordados.

El estudiante representante del grado sexto resulta ganador al completar primero el recorrido, organizando correctamente las tarjetas rojas, las cuales simbolizan los hábitos no saludables. Su desempeño genera aplausos y palabras de ánimo por parte de sus compañeros, quienes lo apoyan con entusiasmo desde sus lugares. La actividad se desarrolla en un ambiente alegre, participativo y motivador, fortaleciendo la integración, el trabajo en equipo y la apropiación de los conocimientos compartidos.

Como muestra de reconocimiento, se entrega un detalle simbólico proveniente de donaciones a el participante, resaltando su compromiso y actitud positiva durante la actividad. Para finalizar, la referente del área realiza una breve reflexión, invitando a los estudiantes a reconocer y modificar los hábitos no saludables, recordando que adoptar conductas sanas desde la adolescencia contribuye a prevenir enfermedades y mantener una mejor calidad de vida.



Se realiza la entrega de material impreso que contiene información en salud, con el propósito de reforzar los conocimientos adquiridos durante la intervención y promover la práctica de hábitos saludables en la vida diaria. Posteriormente, se procede a recoger los listados de asistencia, verificando que la información diligenciada sea clara y completa.

Seguidamente, se expresan los agradecimientos a los estudiantes por su compromiso, participación activa y disposición para escuchar y aprender, reconociendo su valioso aporte al desarrollo del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).

Del mismo modo, se brinda un agradecimiento especial a la institución educativa por permitir la realización de estos espacios informativos y formativos, los cuales contribuyen al fortalecimiento del autocuidado y la promoción de la salud en la comunidad estudiantil.

Conclusión

La intervención desarrollada en la Institución Educativa Ricardo González permitió fortalecer los conocimientos de los estudiantes de los grados sexto y séptimo en torno a la adopción de hábitos y estilos de vida saludables, la alimentación equilibrada, la práctica regular de la actividad .A través de estrategias lúdicas y participativas, se fomentó la reflexión crítica y el compromiso individual

hacia el autocuidado y la responsabilidad con la salud.

El encuentro evidenció una alta receptividad, motivación y participación por parte de la comunidad estudiantil, así como el apoyo institucional necesario para la implementación efectiva de la estrategia 4x4 "Salud al Cole – Valledupar te Cuida", contribuyendo al cumplimiento de los objetivos del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) y al fortalecimiento de entornos escolares más saludables y protectores.

REGISTROS FOTOGRÁFICOS

Fecha: 20 de octubre de 2025
Hora: 7:00 am
Estrategia 4x4 -salud al cole -Valledupar te cuida
Primera intervención - Institución educativa Ricardo González

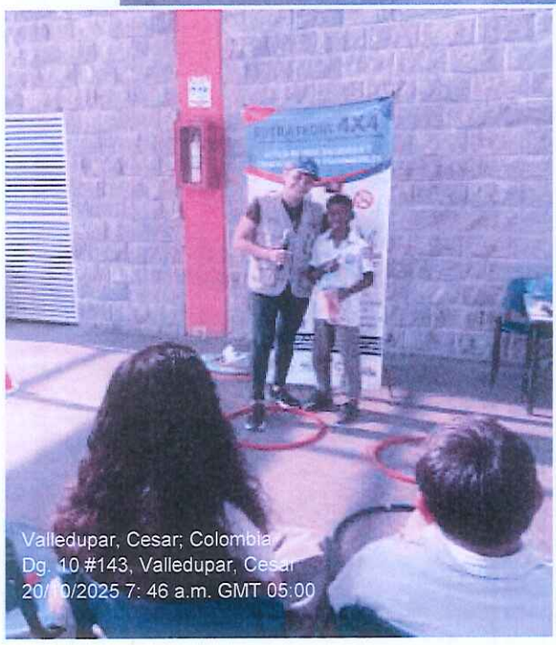














ANEXOS:	LISTADO DE ASISTENCIA CERTIFICACIÓN			
VALIDADORES DEL ACTA	**Responsable del diligenciamiento:**	KELY DULFAY PEÑA VIGOYA		
	Cargo/ cedula:	REFERENTE DEL ÁREA VIDA SALUDABLE Y CONDICIONES NO TRASMISIBLES/1067711131		
	NOMBRE	**CARGO/ENTIDAD**	**NÚMERO DE CÉDULA**	**FIRMA**
	KELLYS FUENTES	COORDINADORA ACADÉMICA IE RICARDO GONZALEZ	42163329	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:____ REUNION:____ CAPACITACION:____ OTRO: X CUAL?: Intervención en salud.

NOMBRE DEL EVENTO Estrategia 4x4 - Información en salud (Infografía)

RESPONSABLE: Kely Peña Vuegya FECHA: 20/10/25 LUGAR: IE Ricardo Gonzalez.

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Laura Hurtado	1083597872	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Laura Hurtado
2	Joan Martinez	1066881113	1	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Joan Martinez
3	LUISA BOJAS	1066292419	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	LUISA BOJAS
4	Sebastian esfeleta	1137726115	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Sebastian hotir
5	Valentina Corao	1066292760	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	valentina Corao
6	Emanuel Jose Caballero	1066884719	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Emanuel Jose Caballe
7	Sara Sofia Arias	1067620306	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante.	Sara sofia
8	Nattaly Fernandez	1066886597	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Nattaly Fernandez
9	Moises Liguaran	1137725802	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Moises Liguaran
10	Janna Barros	1067674219	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante.	Janna Barros

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

LISTADO DE ASISTENCIA

HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER: ____ REUNION: ____ CAPACITACION: ____ OTRO: X CUAL?: Intervención en Salud.

NOMBRE DEL EVENTO: Estrategia 4x4 - Información en salud (IEN Fografía)

RESPONSABLE: Kely peña Vigaya FECHA: 20/10/25 LUGAR: Et Ricardo González

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENER O 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-5 2. 6-11 3. 12-17 4. 18-28 5. 29-59 6. 60 AÑOS O MAS	EMBARAZADA 1. SI 2. NO	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 3. MIGRANTE 4. OTROS 5. NO	CABEZA DE FAMILIA 1. SI 2. NO	DISCAPACIDAD: 1. PDC 2. CUIDADOR PCD 3. NO	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Aileyn Teran Gonzalez	1066292884	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Aileyn Teran Gonzalez
2	Juan Correa	1066292087	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Juan Correa
3	Danna Sarmiento	1066885434	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Danna Sarmiento
4	German - Rambao	1066292055	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	German
5	Cataleya Aroca	1067620527	2	3	2	4	5	2	3		Estudiante	Cataleya Aroca
6	Keydder Salinas	1066885884	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Pituto_10
7	Luciana Pertúz	1137874099	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	LuLú
8	Yamir Lambraño	1065818110	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Yamir Jose 05
9	Nataly Pedrozo	1067623444	2	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Naty_P
10	Cristian Lopez	1067625306	1	2	2	4	5	2	3		Estudiante	Lopez C.