

	FUERZA AEROSPAECIAL COLOMBIANA	CÓDIGO:	DE-DEAJU-FR-047
	FORMATO INFORME DE SUPERVISIÓN BIENES Y SERVICIOS EN GENERAL - CONTRATOS, CONVENIOS U ÓRDENES DE COMPRA	VERSIÓN No.	01
		VIGENCIA:	13-03-2026

1. DATOS GENERALES DEL CONTRATO O CONVENIO

Unidad y/o Dependencia	EMAVI - GRUCA			
Fecha del informe	Día: 01 Mes: 07 Año: 2026			
Tipo de informe	Parcial: X Final:			
Periodo evaluado	Mes: Junio Año: 2026			
Número de Contrato	003-01-J-EMAVI-GRUCA-2026			
Contratista	ORLANDO ARIAS BARONA			
Objeto	PRESTACIÓN DE SERVICIOS TÉCNICOS Y/O TECNÓLOGOS EN CIENCIAS DE LA SALUD APLICADAS PARA EL PERSONAL DE ALFERECES Y CADETES DE LA EMAVI. LOTE 2 (KINESIOLOGO)			
Valor del Contrato	\$ 31.000.000 [Treinta y Un Millones M/cte.]			
Fecha Suscripción	Día: 20 Mes: Enero Año: 2026			
Plazo de Ejecución	Día: 31 Mes: Octubre Año: 2026			
Forma de Pago	PAGOS	PAC MES	VALOR MENSUAL	PORCENTAJE DE EJECUCION
	FEBRERO	PAC ABRIL	\$ 3.797.500,00	12.25%
	MARZO	PAC MAYO	\$ 3.797.500,00	12.25%
	ABRIL	PAC JUNIO	\$ 3.797.500,00	12.25%
	MAYO	PAC JULIO	\$ 3.797.500,00	12.25%
	JUNIO	PAC AGOSTO	\$ 3.797.500,00	10.02%
	JULIO	PAC SEPTIEMBRE	\$ 3.797.500,00	10.02%
	AGOSTO	PAC OCTUBRE	\$ 3.797.500,00	10.02%
	SEPTIEMBRE	PAC NOVIEMBRE	\$ 3.797.500,00	10.02%
	OCTUBRE	PAC DICIEMBRE	\$ 3.797.500,00	10.02%
VALOR TOTAL DEL PRESUPUESTO LOTE 02			\$ 34.177.500,00	100%

2. CUMPLIMIENTO CONDICIONES INICIO EJECUCIÓN CONTRATO O CONVENIO

Registro Presupuestal	No.: 13726 Día: 21 Mes: ENERO Año: 2026
Oficio Aprobación Vigencias Futuras (si aplica)	NO APLICA
Registro Presupuestal VF	NO APLICA
Aprobación Garantía de Cumplimiento	Día: 22 Mes: ENERO Año: 2026
Aprobación Garantía RCE	NO APLICA
Aprobación - Otras Garantías (Póliza Aeronáutica, Póliza de Transporte)	NO APLICA
Acta de Inicio de Ejecución (si aplica)	Día: 02 Mes: FEBRERO Año: 2026

3. MODIFICATORIOS / SUSPENSIONES

PRIMER MODIFICATORIO	
Fecha firma Modificadorio	19/06/2026
Objeto de la Modificación	Adición de presupuesto y modificación plazo de ejecución
Valor Adicionado / reducción (Si aplica)	\$3.177.500
Nuevo Valor Contrato	\$34.177.500
Nuevo Plazo ejecución (Si aplica)	06/11/2026
Registro Presupuestal Ajustado	No 13726 fecha de operación: 2026-06-30
Aprobación Garantía Cumplimiento Modificadorio (si aplica)	NO APLICA

	FUERZA AEROSPAZIAL COLOMBIANA	CÓDIGO:	DE-DEAJU-FR-047
	FORMATO INFORME DE SUPERVISIÓN BIENES Y SERVICIOS EN GENERAL - CONTRATOS, CONVENIOS U ÓRDENES DE COMPRA	VERSIÓN No.	01
		VIGENCIA:	13-03-2026

Aprobatorio Garantía RCE Modificadorio (si aplica)	NO APLICA
Aprobación - Otras Garantías	NO APLICA

PRIMERA SUSPENSIÓN	
Fecha firma	NO APLICA
Objeto de la Suspensión	NO APLICA
Reinicio	NO APLICA
Observaciones	NO APLICA

4. PERSONAL REQUERIDO PARA LA EJECUCION DEL CONTRATO O CONVENIO (EXIGIDO EN LAS ESPECIFICACIONES TÉCNICAS)

NOMBRES Y APELLIDOS	CARGO	OTROS (TARJETA PROFESIONAL/TÍTULO PROFESIONAL O TÉCNICO)
ORLANDO ARIAS BARONA	KINESIOLOGO	NO APLICA

5. ESTADO DE EJECUCIÓN (PLAZO VS CUMPLIMIENTO)

Avance Físico	53%
Avance en Tiempo	53%
Estado del Contrato	En ejecución: X Ejecutado: Suspellido:
Cumplimiento general	Sí X No

6. ESTADO FINANCIERO

Valor del Contrato	\$ 34.177.500
Valor y Porcentaje de Pagos realizados	\$ 15.190.000 (44,44%)
Valor y Porcentaje de Pagos pendientes de realizar	\$ 18,897.500 (56.56%)

Pago No.	Fecha Acta Recibo a Satisfacción	No Factura y Fecha	Valor Tramitado	No Orden de Pago y fecha	Valor Pagado
1	27-feb-2026	Cuenta de Cobro No. 001 (27-feb-26)	\$3.797.500	90589126 (27-03-2026)	\$3.778.512
2	01-abr-2026	Cuenta de Cobro No. 002 (31-mar-26)	\$3.797.500	152444626 (08-05-2026)	\$3.778.512
3	01-may-2026	Cuenta de Cobro No. 003 (01-may-26)	\$3.797.500	200181726 (04-06-2026)	\$3.778.512
4	01- jun-2026	Cuenta de Cobro No. 004 (01-jun-26)	\$3.797.500	225629726 (19-06-2026)	\$3.778.512
Total, Pagos					\$15.190.000

ANEXOS SOPORTES DEL PAGO O PAGOS REALIZADOS DENTRO DEL PERIODO ANALIZADO EN EL PRESENTE INFORME DE SUPERVISIÓN (SOPORTES DE LA FACTURACIÓN). NO APLICA

	FUERZA AEROSPAECIAL COLOMBIANA	CÓDIGO:	DE-DEAJU-FR-047
	FORMATO INFORME DE SUPERVISIÓN BIENES Y SERVICIOS EN GENERAL - CONTRATOS, CONVENIOS U ÓRDENES DE COMPRA	VERSIÓN No.	01
		VIGENCIA:	13-03-2026

7. CUMPLIMIENTO CONTRACTUAL (Contratista / Entidad)

Objeto contractual	Cumple: X	No cumple:	No aplica:
Cronograma (Adjuntar)	Cumple: X	No cumple:	No aplica:
Especificaciones técnicas	Cumple: X	No cumple:	No aplica:
Pólizas vigentes y aprobadas en la Plataforma SECOP II	Cumple: X	No cumple:	No aplica:
Obligaciones contractuales generales y específicas	Cumple: X	No cumple:	No aplica:
Clausula Catalogación	Cumple:	No cumple:	No aplica: X
Clausula Offset	Cumple:	No cumple:	No aplica: X
Cargue facturas en Plataforma SECOP II	Cumple: X	No cumple:	No aplica:
Otras obligaciones de ejecución (ponderables, entregables etc.).	Cumple: X	No cumple:	No aplica:
Acta de Liquidación o Constancia de No Liquidación	Cumple:	No cumple:	No aplica: X
Otros	NO APLICA		

7.1.1 DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS E INFORME DE TRABAJOS REALIZADOS POR EL CONTRATISTA DENTRO DEL PERIODO ANALIZADO EN EL PRESENTE INFORME DE SUPERVISIÓN

Elaboró el plan de seguimiento y valoración para todo el personal de Alféreces y Cadetes.	GLOBAL	La actividad se encuentra detallada en el informe de g presentado por el entrenador.
Preparar protocolos de tratamiento de patologías atendidas	GLOBAL	La actividad se realizó sin novedad. Registro carp patologías.
Realizó control de asistencia a kinesiología a través de libro foliado o planilla registrando debidamente cada falta con nombre claro del cadete y reportar de manera inmediata a la sección.	GLOBAL	La actividad se realizó sin novedad.
Elaboró seguimiento individual a cada paciente.	GLOBAL	Curva de seguimiento individual. La actividad se rea novedad.
Rehabilito´ física y deportivamente a los cadetes y alféreces.	GLOBAL	Presentó el informe de gestión sin novedad.
Apoyó a los docentes de cada deporte en la prevención de lesiones deportivas.	GLOBAL	La actividad se realizó sin novedad. Registro fotogr informe de actividades.
Realizó supervisión de los diferentes deportes y evitar lesiones deportivas durante el entrenamiento y competencias	GLOBAL	La actividad se realizó sin novedad. Registro fotogr informe de actividades.
Realizó atención en los tiempos independientes de los Alféreces y Cadetes de acuerdo con coordinación con la sección deportes y grupo académico.	GLOBAL	La actividad se realizó sin novedad.

	FUERZA AEROSPAECIAL COLOMBIANA	CÓDIGO:	DE-DEAJU-FR-047
	FORMATO INFORME DE SUPERVISIÓN BIENES Y SERVICIOS EN GENERAL - CONTRATOS, CONVENIOS U ÓRDENES DE COMPRA	VERSIÓN No.	01
		VIGENCIA:	13-03-2026

7.1.2 DESCRIPCIÓN DETALLADA DE TRABAJOS PENDIENTES Y OBSERVACIONES

El contratista trabaja sobre una lista de tareas que se desarrollan según las necesidades de la disciplina deportiva durante el mes. las actividades pendientes para ejecutar gradualmente se irán relacionando a medida que avanza el proceso en su ejecución.

8. INCUMPLIMIENTOS / NOVEDADES (Contratista / Entidad)

Contratista	Sí: No: ☒
Entidad	Sí: No: ☒

Observaciones: En caso de evidenciarse incumplimiento, se deberán detallar en este apartado las razones específicas por las cuales no se ha dado cumplimiento a los términos y condiciones contractuales por parte del contratista o la Entidad, así como las acciones emprendidas por la supervisión.

9. SEGUIMIENTO A RIESGOS (MATRIZ)

¿Riesgos materializados?	Sí: No: ☒
¿Posible materialización de riesgos?	Sí: No: ☒

Observaciones: _____

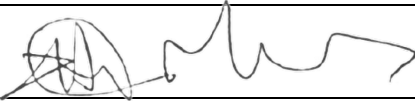
10. DATOS DESTINO FINAL DE LOS BIENES Y /O SERVICIOS OBJETO DEL CONTRATO O CONVENIO

Ingreso a Almacén	NO APLICA
No. soporte y fecha (SAP)	NO APLICA
Dependencia destino final del bien o servicio	NO APLICA
Observaciones	NO APLICA

11. CONCLUSIÓN EJECUTIVA

El contrato se está ejecutando con total normalidad, toda vez que el contratista está cumpliendo a cabalidad con los objetivos acordados, de igual manera, tampoco ha manifestado inconvenientes para continuar ejecutando el contrato, ni intención de ceder o suspender el mismo. Por lo anteriormente expuesto, se continúa con el seguimiento de acuerdo con lo establecido en la minuta ya que no hay lugar a acciones adicionales.

12. FIRMA (S)

Nombre del Supervisor (Indicar si Principal o Suplente)	T1. MOSQUERA RODRIGUEZ JHON ALEXANDER Supervisor Principal	C.C 3.239.290
Acto Administrativo Nombramiento	Resolución No. 001 del 07 de enero de 2026	
Acta entrega fecha	N/A	
Tipo Novedad	N/A	
Dependencia:	GRUPO CADETES	
Firma		

	FUERZA AEROSPAZIAL COLOMBIANA	CÓDIGO:	DE-DEAJU-FR-047
	FORMATO INFORME DE SUPERVISIÓN BIENES Y SERVICIOS EN GENERAL - CONTRATOS, CONVENIOS U ÓRDENES DE COMPRA	VERSIÓN No.	01
		VIGENCIA:	13-03-2026

LISTA DE CHEQUEO SUPERVISIÓN CONTRATOS ESTATALES

ASPECTOS GENERALES IMPORTANTES A TENER EN CUENTA:

- Al supervisor le corresponde la coordinación, vigilancia y control de la ejecución del objeto contratado, para garantizar que las obligaciones contractuales se cumplan
- El supervisor debe revisar los documentos y antecedentes del contrato a suscribir, los derechos y obligaciones de las partes.
- La presente lista de chequeo es una **GUIA** para el cumplimiento de la supervisión del contrato con los controles mínimos que debe realizar el personal de supervisor. Por lo anterior, se deberá tener en cuenta las funciones asignadas en la Resolución de designación como supervisor y la normatividad contractual vigente.

ITEM	SEGUIMIENTO	CUMPLE	NO CUMPLE	OBSERVACIONES
1	Acto administrativo designación supervisor de contrato	X		
2	Documentos soporte perfeccionamiento y ejecución del contrato (Contrato, CRP, Garantías contractuales y su aprobación)	X		
3	Lectura y revisión de la minuta del contrato, especificaciones técnicas, otros...	X		
4	Verificar y aprobar la existencia de las condiciones técnicas para iniciar la ejecución del contrato (por ejemplo, revisión hojas de vida del personal que ejecutará el contrato según lo estipulado, planos, diseños, licencias, cronogramas, estudios, cálculos; si aplica)	X		
5	Acta de inicio firmada por las dos partes, la cual deberá ser anexada al expediente contractual; si aplica	X		
6	Verificar el cumplimiento de las obligaciones del contratista en materia de seguridad social y parafiscales (si aplica), salud	X		

	FUERZA AEROSPAZIAL COLOMBIANA	CÓDIGO:	DE-DEAJU-FR-047
	FORMATO INFORME DE SUPERVISIÓN BIENES Y SERVICIOS EN GENERAL - CONTRATOS, CONVENIOS U ÓRDENES DE COMPRA	VERSIÓN No.	01
		VIGENCIA:	13-03-2026

	ocupacional, planes de contingencia, normas ambientales y cualquier otro requisito aplicable según la naturaleza del contrato.			
7	Evidencias de ejecución de las actividades contratadas según especificaciones y anexos técnicos	X		
8	Instrucciones al contratista por escrito (evidencias) de acuerdo a lo establecido en el contrato y sus especificaciones técnicas	X		
9	Verificar que el contratista suministre y mantenga el personal y/o equipo ofrecido con las condiciones e idoneidad pactadas inicialmente y exigir su reemplazo en condiciones equivalentes cuando fuese necesario		X	El contratista aporta sus conocimientos y experiencia, ya que en las especificaciones técnicas del contrato no se solicitó equipo
10	Informes de supervisión de acuerdo a la periodicidad que se establece según la naturaleza del contrato y de acuerdo a lo establecido en la Resolución de nombramiento como supervisor	X		
11	Informes oportunos sobre incumplimiento del contrato o novedades presentadas en la ejecución del mismo		X	No hubo novedades en la ejecución del contrato.
12	Acta de liquidación del contrato o constancia de no liquidación, según corresponda		X	El contrato se encuentra en ejecución.

**DATOS GENERALES**

Nombre Completo:	ORLANDO ARIAS BARONA
Documento de Identidad:	4712606
Cargo:	KINESIOLOGO
Correo Electrónico:	Piqui-1966@hotmail.com
Número de contacto:	3136283014
Dirección:	Calle 11 N° 7-25

Actividades a Realizar.

Se llevan a cabo distintas actividades orientadas a asegurar una atención integral y un proceso de rehabilitación efectivo para los cadetes y alféreces de la Escuela Militar de Aviación (EMAVI). Estas acciones incluyen evaluaciones físicas para medir el rendimiento y diseñar programas personalizados, así como sesiones de estiramientos y terapias enfocadas en la prevención y recuperación de fatiga muscular. Además, se coordinan espacios de seguimiento y entrenamiento adaptados a las necesidades individuales, con el fin de optimizar su desempeño físico y promover su bienestar durante todo el año académico.

- **Registro de Asistencia a Sesiones de Kinesiología:** Se establece un sistema metódico para registrar la asistencia a las sesiones de kinesiología mediante un libro numerado. Este método asegura un seguimiento efectivo de cada paciente, manteniendo un control riguroso sobre la frecuencia y continuidad de las sesiones. Además, el registro facilita la organización de las citas y contribuye a la planificación de tratamientos personalizados y al monitoreo del progreso de cada paciente.
- **Atención Personalizada:** Cada paciente recibe un enfoque de atención individual, adaptado a sus necesidades específicas, para maximizar los resultados de su rehabilitación.
- **Rehabilitación Física:** Se ofrece un programa de rehabilitación física diseñado específicamente para los cadetes y alféreces, enfocado en su recuperación y mejora física. Este programa integral combina ejercicios



terapéuticos y técnicas especializadas, con el objetivo de mejorar la condición física de los participantes, facilitar su retorno a la actividad normal y prevenir futuras lesiones, asegurando así un desarrollo saludable y eficiente en su formación.

- **Asistencia a Docentes:** Se proporciona apoyo a los docentes en cada disciplina deportiva con el fin de prevenir lesiones, promoviendo prácticas seguras durante las actividades.
- **Tratamientos Clínicos y Deportivos:** Se realizan diversos tratamientos clínicos y deportivos enfocados en la recuperación de los cadetes. Esto incluye planes de rehabilitación y educación sobre lesiones osteomusculares, con el propósito de informar y prevenir futuros problemas de salud.

Estas actividades están diseñadas para garantizar el bienestar físico de los cadetes y alféreces, contribuyendo a su formación integral dentro de la institución.

El área de kinesiología juega un papel clave en mantener la salud y potenciar el desempeño de cadetes y alféreces. A continuación, se ofrece un resumen de las intervenciones realizadas para atender diversas afecciones, fundamentadas en evaluaciones físicas, rehabilitación personalizada y programas específicos que incorporan ejercicios de estiramiento y manejo de la fatiga muscular. Así, se asegura una atención integral y adaptada a sus necesidades.

SEMANA 1: 29 DE MAYO AL 5 DE JUNIO.



ATENCIÓN DE INTERVENCIÓN		
		COMPLEJO B 22
		CONTRATURA MUSCULAR 2
		ESGUINCE TOBILLO 9
		ESPASMU MUSCULAR 3
		ESTIRAMIENTO 5
		FASCITIS PLANTAL 1
		FATIGA MUSCULAR 7
		LUMBALGIA MECANICA 2
		MASAJE MUÑECA 1
		PERIOSTITIS 11
		RECUPERACION 21
		TENDINITIS ADUCTOR 2
AF	32	TENDINITIS CADERA 3
CD1	39	TENDINITIS HOMBRO 4
CD1	1	TENDINITIS RODILLA 20
CD2	53	TRAUMA CADERA 2
CD3	23	TRAUMA DEDO 2
SBR	4	TRAUMA MANO 4
		TRAUMA PIE 4
		VENDAJE DEDO 1
		VENDAJE ESPADRAPO 7
		VENDAJE HOMBRO 2
		VENDAJE MUÑECA 1
		VENDAJE TAPE 10
		VENDAJE TOBILLO 2
		VENTOSAS ADUCTOR 4

Durante esta semana en kinesiología se brinda atención a cadetes y alféreces para diversas patologías, entre las cuales las más frecuentes son:

*** Aplicación de ventosas:** En kinesiología en la Escuela Militar de Aviación (EMAVI) se ha incorporado la terapia de ventosas como parte integral del programa de recuperación para nuestros cadetes y alféreces. Esta técnica se utiliza en combinación con otros tratamientos como masajes, estiramientos y ejercicios terapéuticos, para optimizar la recuperación de lesiones osteomusculares y mejorar el rendimiento deportivo de nuestros atletas.



Beneficios de la Terapia con Ventosas

- **Mejora de la Circulación Sanguínea:** Aumenta el flujo de sangre en la zona tratada, lo que facilita la oxigenación de los tejidos.
- **Reducción de la Inflamación:** Ayuda a disminuir la inflamación en las áreas afectadas.
- **Alivio del Dolor:** Proporciona alivio rápido del dolor muscular y articular.
- **Liberación de Tensiones Musculares:** Ayuda a relajar la musculatura contraída.
- **Estimulación del Sistema Linfático:** Favorece la eliminación de toxinas y metabolitos del cuerpo.
- **Aceleración de la Recuperación:** Promueve la cicatrización y regeneración de tejidos.

La aplicación de ventosas ha demostrado ser efectiva en la reducción del dolor, la inflamación y la aceleración del proceso de recuperación, permitiendo que nuestros deportistas se reincorporen más rápidamente a sus actividades deportivas.

* **RECUPERACIÓN:** Se ofrece un programa integral de recuperación diseñado específicamente para cadetes y alféreces, que busca optimizar su salud física y rendimiento. Este programa incluye:

- **Evaluación Personalizada:** Se realiza una evaluación exhaustiva de cada cadete para identificar sus necesidades específicas de recuperación, considerando lesiones previas, fatiga acumulada y condiciones musculoesqueléticas.
- **Tratamientos Terapéuticos:** Se aplican diversas técnicas de kinesiología, incluyendo masaje terapéutico, movilización articular y técnicas de relajación muscular para acelerar la recuperación.
- **Ejercicios de Rehabilitación:** Se diseñan programas de ejercicios personalizados que fortalecen las áreas débiles y restauran la funcionalidad física, permitiendo que los cadetes regresen a sus actividades de entrenamiento de manera segura.
- **Manejo del Dolor:** Se utilizan técnicas específicas para reducir el dolor y la inflamación, mejorando la comodidad y la calidad de vida de los cadetes durante su recuperación.
- **Vendajes y Soporte:** Se aplican vendajes funcionales y técnicas de estabilización para proteger las áreas lesionadas y facilitar la recuperación.
- **Educación en Prevención:** Se brinda orientación sobre hábitos saludables, posturas correctas y técnicas de prevención de lesiones para evitar futuras complicaciones.
- **Seguimiento Continuo:** Se realiza un monitoreo regular del progreso de cada cadete, ajustando el tratamiento según sea necesario.



Este enfoque integral garantiza que los cadetes y alféreces logren una recuperación efectiva y sostenible, manteniéndolos en óptimas condiciones para su formación.

* **VENDAJE ESPARADRAPO:** La atención para vendaje con esparadrapo en kinesiología consiste en la aplicación de tiras adhesivas para inmovilizar, proteger y estabilizar una zona lesionada o vulnerable. Este vendaje proporciona soporte a músculos, articulaciones y ligamentos, limitando movimientos que puedan agravar la lesión. El tratamiento incluye la preparación adecuada de la piel, la aplicación correcta de las tiras siguiendo técnicas específicas, y la educación al paciente sobre el cuidado y duración del vendaje. El objetivo es controlar la inflamación, reducir el dolor, prevenir mayores daños y facilitar la recuperación, permitiendo que cadetes y alféreces continúen sus actividades de forma más segura.

* **PERIOSTITIS:** La atención en kinesiología para periostitis se enfoca en reducir la inflamación de la membrana que recubre los huesos y aliviar el dolor localizado. El tratamiento incluye técnicas de terapia manual, aplicación de frío para controlar la inflamación, masajes terapéuticos para mejorar la circulación, y ejercicios específicos de estiramiento y fortalecimiento progresivo. Además, se brindan recomendaciones para ajustar la intensidad y técnica del entrenamiento, evitando movimientos que puedan agravar la lesión, con el objetivo de restaurar la funcionalidad y prevenir futuras recaídas

* **TENDINITIS RODILLA:** La tendinitis de rodilla es una inflamación de los tendones que rodean la articulación, comúnmente causada por el uso excesivo, movimientos repetitivos o sobrecarga durante actividades físicas intensas. Esta condición es frecuente en cadetes y

Se aplican técnicas de masaje y liberación miofascial para reducir la tensión muscular y mejorar la circulación sanguínea en la zona afectada. Se proporcionarán ejercicios específicos para estirar los músculos y tendones de la rodilla, mejorando la flexibilidad y reduciendo la tensión. Se realizan ejercicios de fortalecimiento enfocados en los músculos que rodean la rodilla, proporcionando mayor estabilidad y apoyo a la articulación. Se recomienda el uso de hielo para reducir la inflamación y aliviar el dolor, especialmente después de la actividad física. Se brindan recomendaciones para limitar actividades que agraven la lesión, permitiendo una recuperación adecuada.

El objetivo es aliviar el dolor, reducir la inflamación y restaurar la funcionalidad de la rodilla para un retorno seguro a la actividad física.

SEMANA 2: 9 AL 12 DE JUNIO.



ATENCIÓN DE INTERVENCIÓN			
AF CD1 CD2 CD3 SBR	8 9 21 4 2	COMPLEJO B	9
		CONTRATURA MUSCULAR	1
		ESTIRAMIENTO	2
		FASCITIS PLANTAL	1
		FATIGA MUSCULAR	2
		LUMBALGIA MECANICA	1
		PERIOSTITIS	7
		RECUPERACION	6
		TENDINITIS CADERA	1
		TENDINITIS HOMBRO	1
		TENDINITIS RODILLA	8
		TRAUMA DEDO	1
		TRAUMA MANO	2
		VENDAJE TAPE	2

Durante el transcurso de esta semana, en kinesiología se han ofrecido servicios de rehabilitación y tratamiento a cadetes y alféreces que padecen múltiples condiciones de salud. Las dolencias más prevalentes que se han atendido incluyen:

* **COMPLEJO B:** La administración de suplementos del Complejo B constituye un tratamiento terapéutico que incorpora un conjunto de vitaminas vitales, fundamentalmente B1, B6 y B12, las cuales desempeñan un papel crucial en el correcto funcionamiento del sistema nervioso y en los procesos metabólicos relacionados con la producción de energía.

Este procedimiento terapéutico se implementa con el propósito de mitigar manifestaciones clínicas tales como agotamiento muscular, potenciar los mecanismos de recuperación post-esfuerzo y estimular la regeneración de estructuras tisulares dañadas.

Dentro del ámbito de la kinesiología y fisioterapia, la administración de vitaminas del Complejo B se ejecuta bajo la vigilancia y orientación de profesionales especializados, constituyendo un componente fundamental de una estrategia multidisciplinaria dirigida a maximizar el desempeño físico de los atletas y a acelerar los procesos de rehabilitación en casos de lesión.

Este enfoque integral garantiza que los cadetes y alféreces deportistas de la EMAVI reciban un tratamiento farmacoterapéutico seguro y eficaz, que contribuya significativamente a su recuperación, bienestar general y excelencia en el rendimiento deportivo.



* **FATIGA MUSCULAR:** La fatiga muscular es una disminución temporal de la capacidad de contracción muscular que ocurre durante o después de actividades físicas intensas. Es una condición común en cadetes y alféreces debido a sus entrenamientos rigurosos y competencias deportivas. La intervención kinesiológica ofrece:

1. **Masaje y Relajación:** Se aplican técnicas de masaje para aliviar la tensión muscular y promover la relajación de los músculos fatigados.
2. **Estiramientos Suaves:** Se realizan estiramientos suaves para mejorar la flexibilidad y facilitar la recuperación muscular.
3. **Recuperación Activa:** Se recomiendan ejercicios de baja intensidad que faciliten la circulación sanguínea y aceleren la eliminación de metabolitos.
4. **Hidratación y Nutrición:** Se brindan recomendaciones sobre la importancia de mantenerse hidratado y consumir alimentos nutritivos para reponer energía.
5. **Descanso Adecuado:** Se enfatiza la importancia del descanso y el sueño reparador para la recuperación muscular completa.
6. **Aplicación de Calor:** Se aplican compresas calientes para mejorar la circulación y aliviar la tensión muscular.

El objetivo es facilitar la recuperación muscular, restaurar la energía y preparar al cadete o alférez para futuras actividades físicas.

* **VENDAJE TAPE:** La atención para vendaje tape en kinesiológica consiste en la aplicación de cintas adhesivas especiales sobre la piel para proporcionar soporte y estabilidad a estructuras musculares, articulares y ligamentosas. El tratamiento incluye la evaluación de la zona a tratar, la preparación adecuada de la piel, y la aplicación técnica del tape siguiendo patrones específicos según la lesión o prevención requerida. El vendaje tape ayuda a reducir el dolor, mejorar la estabilidad, controlar la inflamación y favorecer la propiocepción, permitiendo que los cadetes y alféreces mantengan su movilidad y continúen con sus actividades deportivas y formativas de manera más segura y eficiente.

* **PERIOSTITIS:** La periostitis es una inflamación del periostio, que es la membrana fibrosa que recubre la superficie externa de los huesos. Esta condición se caracteriza por dolor, inflamación y sensibilidad en la zona afectada, siendo especialmente frecuente en las extremidades inferiores, particularmente en la tibia.

Causas Comunes

- Actividades deportivas de alto impacto (atletismo, carrera, saltos).
- Movimientos repetitivos y sobrecarga mecánica.
- Cambios abruptos en la intensidad o volumen del entrenamiento.
- Debilidad muscular o desequilibrio muscular.



- Calzado deportivo inadecuado.
- Superficies de entrenamiento duras o irregulares.

Medidas Preventivas

- Realizar calentamiento adecuado antes de actividades deportivas.
- Utilizar calzado deportivo de calidad y apropiado para la actividad.
- Entrenar en superficies adecuadas y seguras.
- Incrementar la intensidad del entrenamiento de manera gradual.
- Mantener una musculatura fuerte y equilibrada.
- Realizar estiramientos regulares.
- Descanso adecuado entre sesiones de entrenamiento.

Seguimiento y Evaluación: En kinesiología de la EMAVI se realiza un seguimiento constante de los cadetes y alféreces con periostitis, evaluando la evolución del tratamiento y ajustando el plan según sea necesario. El objetivo es lograr la recuperación completa y la reincorporación segura a las actividades deportivas.

SEMANA 3:

Martes 16 de junio: Reunión de Planeación: Fortalecimiento de la Participación en los Inter-Escuelas 2026.

Objetivo de la Reunión

Se llevó a cabo una reunión estratégica con el Capitán Vásquez, Director de Deportes del Grupo de Cadetes de la Escuela Militar de Aviación (EMAVI), con el propósito de planificar y coordinar actividades que fortalezcan la preparación y participación de nuestros atletas en los Juegos Inter-Escuelas 2026.

Participantes

- Capitán Vásquez, director de Deportes del Grupo de Cadetes
- Equipo de Kinesiología y Fisioterapia de la EMAVI
- Profesores de las diferentes Disciplinas Deportivas

Temas Tratados

1. **Evaluación del Desempeño Actual**
 - Análisis del rendimiento de los equipos en competencias recientes.
 - Identificación de fortalezas y áreas de mejora.
2. **Recursos y Equipamiento**
 - Disponibilidad de recursos kinesiológicos necesarios.
 - Equipamiento especializado para tratamientos y recuperación.



- Personal profesional requerido.

Compromisos Adquiridos

- El equipo de kinesiología se compromete a brindar apoyo integral a todos los equipos deportivos.
- Implementación de programas preventivos de lesiones.
- Asistencia constante en entrenamientos y competencias.
- Seguimiento personalizado de atletas con lesiones o limitaciones.
- Coordinación continua con el Director de Deportes para ajustar estrategias según sea necesario.

Esta reunión representa un paso significativo en la consolidación de una estrategia conjunta entre el departamento de deportes y kinesiología, dirigida a maximizar el potencial de nuestros atletas y asegurar su máximo rendimiento en los Juegos Inter-Escuelas 2026.

Viernes 19 de junio: Reunión de Organización, Yincana Recreativa con Civiles y Militares

Objetivo de la Reunión

Se realizó una reunión de coordinación entre el equipo de kinesiología de la Escuela Militar de Aviación (EMAVI) y la Capitán Mora, con el propósito de organizar y planificar una yincana recreativa que contará con la participación de civiles y militares, programada para el 26 de junio.

Participantes

- Capitán Mora, Coordinadora del Evento
- Equipo de Kinesiología y Fisioterapia de la EMAVI
- Personal administrativo y de logística
- Coordinadores de actividades recreativas

Temas Tratados

1. Descripción del Evento

- Yincana recreativa de carácter integrador.
- Participación conjunta de personal civil y militar.
- Actividades lúdicas y deportivas para todos los niveles.

2. Objetivo General

- Promover la integración y camaradería entre civiles y militares.
- Fomentar la actividad física y el bienestar integral.
- Crear un ambiente de esparcimiento y diversión.



3. Estaciones y Actividades Propuestas

- Carreras de velocidad y resistencia.
- Pruebas de equilibrio y coordinación.
- Actividades de fuerza y flexibilidad.
- Juegos en equipo de carácter recreativo.
- Pruebas de agilidad y destreza.

4. Medidas de Seguridad y Prevención

- Evaluación previa del estado físico de los participantes.
- Calentamiento obligatorio antes de iniciar las actividades.
- Disponibilidad de equipo de primeros auxilios en cada estación.
- Presencia de personal médico y kinesiológico durante todo el evento.
- Señalización clara de las zonas de actividad.

5. Cronograma del Evento (26 de Junio)

- **Hora de Inicio:** Recepción y registro de participantes.
- **Calentamiento General:** Dirigido por el equipo de kinesiología.
- **Estaciones de Yincana:** Rotación de participantes por diferentes actividades.
- **Descansos Programados:** Para hidratación y recuperación.
- **Actividades de Enfriamiento:** Estiramientos y relajación final.
- **Cierre del Evento:** Reconocimientos y agradecimientos.

6. Coordinación Logística

- Asignación de espacios para cada estación.
- Distribución de personal.
- Establecimiento de horarios de rotación del equipo.

Objetivos del Evento

1. Promover la integración entre civiles y militares.
2. Fomentar un estilo de vida activo y saludable.
3. Crear un ambiente de camaradería y esparcimiento.
4. Demostrar el compromiso de la EMAVI con el bienestar integral.
5. Garantizar una experiencia segura y memorable para todos.

Esta reunión representa un paso importante en la organización de un evento que promueve la integración, el bienestar y la salud de la comunidad de la EMAVI, tanto civil como militar.

SEMANA 4

Durante esta semana, debido al inicio del período de vacaciones de los cadetes y alféreces, las actividades del área de Fisioterapia y Kinesiología se desarrollaron de



manera virtual, enfocándose en la elaboración de material educativo y estrategias de promoción y prevención de lesiones osteomusculares.

Como parte de estas actividades, se diseñó un folleto informativo sobre la periostitis, en el cual se incluyó información relacionada con la prevención de la lesión, el manejo del dolor, los estiramientos recomendados y las principales medidas de autocuidado.

Asimismo, se elaboró un folleto sobre tendinopatía de rodilla, en el que se brindó información acerca del manejo del dolor, los estiramientos indicados y cuatro ejercicios básicos orientados al fortalecimiento muscular y la recuperación funcional.

De igual manera, se desarrolló un folleto educativo sobre los estiramientos recomendados para prevenir y aliviar la sobrecarga muscular en la región lumbar, promoviendo la adopción de hábitos que contribuyan a disminuir el riesgo de lesiones.

Finalmente, se elaboró un folleto sobre autocuidado, teniendo en cuenta el incremento de lesiones asociado a la inadecuada preparación física y a la falta de medidas preventivas durante la práctica deportiva. Este material tuvo como objetivo fortalecer los conocimientos de los cadetes y alféreces en relación con la prevención de lesiones y el cuidado de su salud musculoesquelética.

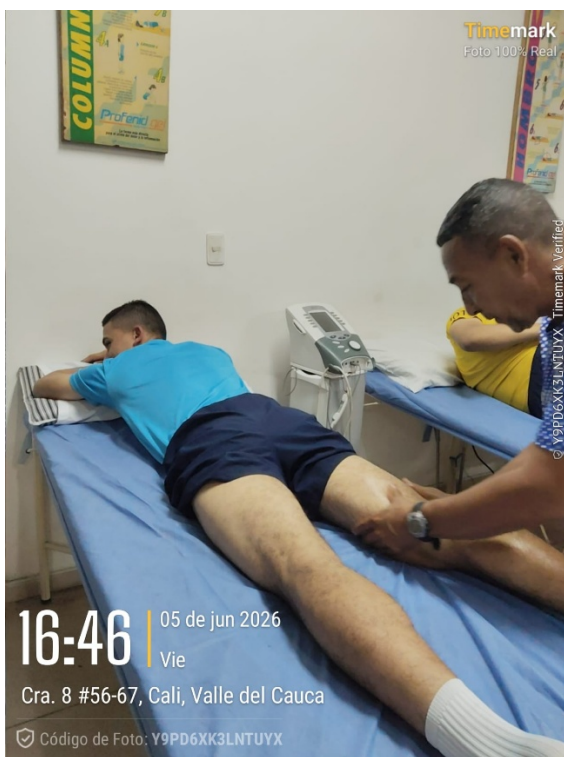


ESCUELA MILITAR DE AVIACIÓN MARCO FIDEL SUÁREZ

INFORME DE KINESIOLOGÍA JUNIO 2026



REGISTRO FOTOGRÁFICO





ESCUELA MILITAR DE AVIACIÓN MARCO FIDEL SUÁREZ

INFORME DE KINESIOLOGÍA JUNIO 2026



EJERCICIOS PARA DISMINUIR EL DOLOR LUMBAR

3 EJERCICIOS ...



1. SENTA NO CALCANIAR. INCLINACIÓN LATERAL.



2. INCLINACIÓN LATERAL. EMPURRANDO O QUADRIL.



3. INCLINACIÓN LATERAL.



EJERCICIOS

En la fase aguda, se recomienda reposo relativo, pie elevado y aplicación de frío local, su Médico de Atención Primaria le indicará cuando iniciar los ejercicios.

Debe introducir los ejercicios de forma progresiva, según el dolor se lo vaya permitiendo, e ir aumentando el número de repeticiones.

Al principio, el ejercicio y la carga sobre el pie afectado pueden producirle cierto grado de dolor.

Realice los ejercicios lentamente y de forma controlada, para que sean útiles en su recuperación.

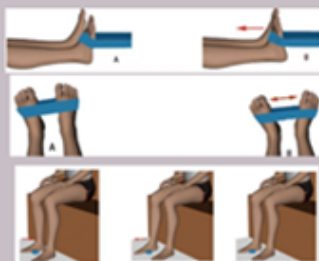
MOVILIZACIÓN.



Ejercicios circulares. En la misma posición del pie, se realizan ejercicios circulares, procurando tocar el pie a todas las posiciones extremas.



POTENCIACIÓN Y ESTIRAMIENTO FASCIA PLANTAR



EQUILIBRIO

