INFORME DE NOVEDAD EN ACTIVIDAD DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN

PARA: Dra. Liliana María Urrego Cruz, Supervisora del Contrato – Rama Judicial (Dirección Seccional de Administración Judicial de Cali)
DE: Cruz Roja Colombiana – Seccional Valle del Cauca (Unidad Municipal Buga – Servicio Zona Vida)
ASUNTO: Reporte de atención y novedad presentada durante actividad de pausas activas
REFERENCIA: Contrato Estatal de Prestación de Servicios No. 029-2026 - IP-08-2026
FECHA: 25 de mayo de 2026

---

1. ANTECEDENTES Y MARCO CONTRACTUAL

En cumplimiento de las obligaciones estipuladas en el Contrato Estatal de Prestación de Servicios No. 029-2026 - IP-08-2026, suscrito entre la Dirección Seccional de Administración Judicial de Cali y la Cruz Roja Colombiana Seccional Valle del Cauca, se vienen desarrollando actividades de promoción y prevención en salud dirigidas a los servidores judiciales.
Dentro de dichas obligaciones contractuales se encuentran las capacitaciones en temas de salud, las cuales, de común acuerdo, se han implementado mediante jornadas de pausas activas con una duración aproximada de cinco (5) a diez (10) minutos, teniendo en cuenta la carga laboral de los servidores judiciales.
Estas actividades se realizan en los diferentes despachos judiciales y están orientadas a la prevención de riesgos osteomusculares, promoción del bienestar laboral y fortalecimiento del apoyo al grupo de emergencias del programa Área Protegida / Zona Vida.

---

2. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Fecha y lugar: jueves 21 de mayo de 2026, sede administrativa – Juzgado Segundo Administrativo de Buga.
Profesional a cargo: Angélica Franco Aristizábal, Auxiliar de Enfermería asignada al servicio Zona Vida.
Actividad realizada: Taller práctico tipo recomendaciones y entrega de material educativo denominado *"Pausas Activas: muévete, respira, renueva tu energía"*.
Metodología
Con previa autorización de los servidores judiciales presentes, se realizó una sesión guiada teórico-práctica de estiramientos cefalocaudales (de cabeza a pies). Siguiendo las directrices del folleto institucional, se enfatizó en la importancia de realizar breves descansos activos durante la jornada laboral mediante estiramientos suaves y supervisados, con el propósito de favorecer la productividad, disminuir la tensión muscular y reducir el estrés laboral.

3. RELACIÓN DEL EVENTO Y ATENCIÓN BRINDADA

Durante la fase de movilidad articular y estiramientos suaves del tobillo y pie (flexión plantar, flexión dorsal, inversión y eversión), se presentó la siguiente novedad:

- **Identificación de la servidora:** Jisseth Rosero Osorio, Profesional Universitario Grado 16 del Juzgado Segundo Administrativo de Buga.
- **Manifestación de la usuaria:** Durante la ejecución del ejercicio, al elevar el pie para realizar el movimiento indicado, la servidora manifestó sentir un "tirón" acompañado de dolor leve en la articulación del tobillo derecho, refiriendo que posiblemente realizó el movimiento de manera inadecuada.

- **Valoración inicial por enfermería**

  Anamnesis: Al interrogatorio, la usuaria manifestó que la molestia fue puntual y únicamente durante la realización de la flexión dorsal del pie derecho. Calificó el dolor como leve, tolerable y sin limitación funcional.

  Examen físico funcional: Se evaluó de manera segura la movilidad del miembro inferior derecho afectado. Se solicitó a la usuaria caminar un trayecto corto bajo observación directa de la auxiliar de enfermería, evidenciándose marcha normal, fluida y sin alteraciones ni signos de claudicación.

  No se evidenciaron signos clínicos de alarma ni necesidad de remisión inmediata a un servicio asistencial.

4. CONCLUSIONES

La temática de pausas activas fue seleccionada teniendo cuenta la identificación obtenida durante las jornadas de prevención y tamizaje de riesgo cardiovascular, así como en los registros de signos vitales realizados a más de 300 servidores judiciales de las sedes de Buga.

A partir de dichas actividades se identificó que gran parte de los servidores judiciales permanecen durante períodos prolongados en una misma posición y realizan movimientos repetitivos durante la jornada laboral, motivo por el cual se implementó la estrategia de estiramientos y pausas activas bajo el lema: *"Muévete, respira y renueva tu energía"*.

La Auxiliar de Enfermería brindó recomendaciones generales e indicó reportar cualquier eventualidad en caso de presentarse dolor intenso, inflamación o limitación funcional posterior a la actividad.

La servidora Jisseth Rosero Osorio manifestó comprender y aceptar las recomendaciones suministradas, reincorporándose posteriormente a sus actividades laborales de manera habitual.

Igualmente, se anexa copia del folleto correspondiente a las charlas educativas programadas para el mes de junio de 2026, relacionadas con los temas de Primeros Auxilios y Hábitos y Estilos de Vida Saludable.

---

5. ANEXO DE SOPORTE ENTREGADO

Se adjunta como soporte de la gestión el material pedagógico socializado con los servidores judiciales.

Anexo 1: Listados de asistencias de las jornadas mencionadas en el informe.

Anexo 2: Folleto institucional *"Pausas Activas: muévete, respira, renueva tu energía "* (Contrato No. 029-2026) y copia de los folletos para las charlas del mes junio de 2026, temas estilos de vidas saludables y primeros auxilios, programadas previamente para la semana de la Salud

FOLLETO MES DE MAYO 2026



FOLLETO PARA EL MES JUNIO DE 2026







Cordialmente,

Paula Andrea Tascón Holguín
Directora Instituto de Educación
Cruz Roja Colombiana
Unidad Municipal Buga

Angelica Franco Aristizabal
Servicio Zona de Vida
Cruz Roja Colombiana
Unidad Municipal Buga