**REALIZAR SEIS (6) JORNADAS DE INFORMACIÓN EN SALUD QUE IMPACTEN A 300 PERSONAS EN EL MUNICIPIO DE MAICAO, EN MAYORES DE 18 AÑOS EN EL ENTORNO COMUNITARIO O INSTITUCIONAL, PROMOVIENDO Y SENSIBILIZANDO SOBRE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES CON ÉNFASIS EN ACTIVIDAD FÍSICA, ALIMENTACIÓN SALUDABLE, NO CONSUMO DE ALCOHOL Y TABACO INCLUYENDO LOS RIESGOS POR USO DE CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS Y VAPEADORES, PARA PREVENIR ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES.**



**IPSI WAYUU TALATSHI – MAICAO, LA GUAJIRA SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL**

**RESPONSABLE:** NINFAS VILLERO CONTRERAS
**ENFERMERA**
RUBIA SIJUANA
**AUXILIAR DE ENFERMERIA**

**ABRIL - 2026**

**INFORME DE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES, INTERVENCIONES, PROCEDIMIENTOS DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS DEPARTAMENTAL, VIGENCIA 2026**

| | |
|---|---|
| **MUNICIPIO** | Maicao La Guajira |
| **OPERADOR** | Ipsi Wayuu Talatshi |
| **PERIODO INFORMADO** | Del 01 De abril Al 30 De abril |

## EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

## I. ÍTEMS DE VERIFICACIÓN TÉCNICA

1. **Nombre de la intervención, procedimiento, actividad a la cual pertenece la actividad acorde a anexo técnico Resolución 518 de 2015 – Modificación 295 de 2023:**

**1.1 Nombre de la actividad:** Realizar seis (6) jornadas de información en salud que impacten a 300 personas en el municipio de Maicao, en mayores de 18 años en el entorno comunitario o institucional, promoviendo y sensibilizando sobre estilos de vida saludables con énfasis en actividad física, alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco incluyendo los riesgos por uso de cigarrillos electrónicos y vapeadores, para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles.

**1.2 Línea operativa:** Cuidado de la salud.

## 2. Introducción

El presente informe tiene como propósito dar cuenta de la ejecución de seis (6) jornadas de información en salud, orientadas a impactar a 300 personas mayores de 18 años en el municipio de Maicao, en entornos comunitarios e institucionales. Estas jornadas estuvieron enfocadas en la promoción de estilos de vida saludables, con énfasis en la práctica regular de la actividad física como herramienta fundamental para la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles y el fortalecimiento del bienestar físico, mental y social de la población.

Las actividades se desarrollaron en articulación con el Comité Municipal de Estilos de Vida Saludables y en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas Departamental 2026, con el objetivo de fomentar hábitos saludables mediante espacios educativos, recreativos y participativos que incentivaran el movimiento corporal, la adopción de rutinas activas y la disminución del sedentarismo en la comunidad. Asimismo, se promovieron prácticas complementarias como la alimentación saludable y la prevención del consumo de alcohol, tabaco, cigarrillos electrónicos y vapeadores, reconociendo los riesgos que estos representan para la salud.

Considerando la diversidad étnica y cultural del territorio, especialmente la significativa presencia de población indígena Wayuu, las intervenciones fueron desarrolladas bajo un enfoque diferencial, respetando las dinámicas socioculturales de las comunidades e incorporando estrategias pedagógicas accesibles y contextualizadas que facilitaran la apropiación de conocimientos relacionados con la actividad física y el autocuidado.

## 3. Objetivo General

Promover estilos de vida saludables en la población intervenida mediante el desarrollo de acciones educativas, pedagógicas y participativas orientadas al fortalecimiento de hábitos saludables, la práctica de actividad física, la alimentación balanceada y el cuidado integral de la salud, para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y la prevención de enfermedades.

### Objetivos Específicos

• Sensibilizar a la población mayor de 18 años del municipio de Maicao sobre la importancia de la actividad física regular como estrategia para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles.

• Desarrollar jornadas educativas y comunitarias que fomenten la adopción de estilos de vida activos, incentivando la práctica de ejercicios físicos y la disminución del sedentarismo en los diferentes entornos comunitarios e institucionales.

• Fortalecer los conocimientos y prácticas de autocuidado en la comunidad mediante actividades de promoción de la salud orientadas a mejorar el bienestar físico, mental y social a través de la actividad física y hábitos saludables.

## 4. Metodología

La metodología desarrollada para esta actividad contempló las fases de planeación, ejecución y evaluación. Inicialmente, se realizó articulación con la Dirección de Recreación y Deporte del municipio de Maicao para la organización de las jornadas y la priorización de las comunidades participantes.

Posteriormente, se llevaron a cabo encuentros comunitarios orientados a la promoción de la actividad física como estrategia para fomentar hábitos de vida saludables y prevenir enfermedades crónicas no transmisibles. Durante las jornadas se desarrollaron actividades de rumba terapía y espacios educativos en los que se sensibilizó a la población sobre la importancia de mantener una práctica regular de actividad física para mejorar la salud y la calidad de vida.

Finalmente, se realizó el seguimiento y evaluación de la participación comunitaria, evidenciando el interés de la población y fortaleciendo la adopción de comportamientos saludables que contribuyen a la prevención de enfermedades y al bienestar integral.

## 5. Población Objeto Beneficiada con la Actividad

La actividad fue desarrollada con población general perteneciente a diferentes comunidades y sectores del municipio de Maicao, La Guajira, beneficiando a un total de 80 personas. La distribución de los participantes se realizó en dos puntos de intervención: 40 personas (50%) en la Comuna 1, específicamente en el Centro Plaza Simón Bolívar, y 40 personas (50%) en la Comunidad Okulemana.

## 6. Perfil humano que desarrollo la actividad:

- 1 profesional en enfermería
- 1 auxiliar de enfermería

## 7. Insumos utilizados en el desarrollo de la actividad:

- Cuñas Radiales
- Pendones
- Perifoneo
- Folletos
- Actas de actividades
- Listados de asistencias
- Actas de concertación
- Huelleros
- Carpetas
- Lapiceros

- Imágenes en redes sociales
- Hidratación

## 8. Aspectos positivos, negativos, dificultades

**Aspectos positivos:** Dentro de los aspectos positivos, se destaca el acompañamiento y asesoría por parte de los referentes departamentales para la ejecución optima y correcta de la actividad y a su vez se pudo observar la participación de la población y entendimiento de la temática tratada.

**Aspectos negativos:** En los aspectos negativos, la situación de inseguridad y el paro armado nos obligaron a replantear las salidas para los procesos de concertación y actividades.

**Dificultades**: En algunas comunidades, al momento de realizar el acercamiento inicial, no se encontraban presentes las autoridades tradicionales, lo que dificultó el proceso de concertación. En consecuencia, fue necesario gestionar la intervención con comunidades alternativas para garantizar el cumplimiento de las actividades programadas.

República de Colombia
Departamento de La Guajira
**SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL**

# CRONOGRAMA

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-CAP-124 |
| | FORMATO | CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS - PIC | Versión | 01 |
| | | | Fecha | Abril 2026 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| IPS o ESE: | IPSI WAYUU TALATSHI | MUNICIPIO: | MAICAO | SEMANA / MES PROGRAMADO | ABRIL 2026 |

| FECHA | NOMBRE DE LA ACTIVIDAD (ANEXO TÉCNICO) | TAREA A DESARROLLAR | METODOLOGÍA A UTILIZAR | IDENTIFICACIÓN DE TERRITORIOS Y MICROTERRITORIOS | | POBLACION OBJETO | HORARIO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | MICROTERRITORIO | COMUNIDAD, BARRIO, VEREDA | | |
| 1/04/2026 | Jornadas de información en salud en el municipio de Maicao, en mayores de 18 años en el entorno comunitario o institucional, promoviendo y sensibilizando sobre estilos de vida saludables con énfasis en actividad física, alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco incluyendo los | Conformación equipo PIC y socialización del anexo y formatos. | Reunión presencial | T: Comuna 1 | MT01 Oficina IPSI Wayuu Talatshi. | Talento humano PIC | 08:00 am – 11:00 am |
| 7/04/2026 | | Articulación con la dirección de deporte municipal. | Encuentro Presencial | Comuna 1 | Oficina de direccion de recreacion y deporte municipal de Maicao. | Director de recreación y deporte del municipio de Maicao | 02:55 pm – 03:45 pm |
| 9/04/2026 y 10/04/2026 | | Grabación de cuñas y perifoneo. Elaboración de libreto de abogacía e insumos. | Grabación, reunión presencial | Maicao | Emisora Avances Stereo – Redes sociales PIC Departamental Maicao. | Talento humano PIC | 10:00 am – 12:00 pm |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 10/04/2026 | riesgos por uso de cigarrillos electrónicos y vapeadores, para prevenir enfermedades crónicas no transmisibles. | Articulación con espacio público para el uso de la plaza Simón Bolívar. | Encuentro Presencial | Comuna 1 | Oficina de Espacio Público. | Coordinador de Espacio Publico | 09:00 am – 10:00 am |
| 14/04/2026 | | Concertación. | Encuentro Presencial | T:26 | MT: 04 Comunidad Okulemana. | Autoridad Tradicional y/o Líder | 08:00 am – 08:40 am |
| 17/04/2026 | | Reunión Directrices para la Actividades PIC 2026 Actividad Física. | Reunión virtual | No aplica | No aplica. | Referente dptamental y municipales | 09: 00 am – 11:00 am |
| 21/04/2026 | | Actividades lúdicas: juegos, caminatas, rumbaterapia. | Educación en salud | T: COMUNA 1 | MT:01 Centro Plaza Simón Bolívar. | Población en general | 02:00 pm a 04:00 pm |
| 22/04/2026 | | Actividades lúdicas: juegos, caminatas, rumbaterapia. | Educación en salud | T: 26 | MT:04 Comunidad Okulemana. | Población en general | 08:00 am a 10:00 am |

**1. Planeación**
**Día 1**
**Hora: 08:00 am**
**Fecha:01/04/2026**
**Lugar: IPSI Wayuu Talatshi**

El día 01 de abril de 2026, en las instalaciones de la IPSI Wayuu Talatshi, se llevó a cabo reunión programada en el marco del inicio de actividades del PIC Departamental, dando inicio a las 08:00 a.m. y culminando a las 11:00 a.m. Durante este espacio se realizó la presentación formal y conformación del equipo PIC departamental, permitiendo la integración de los diferentes profesionales y el reconocimiento de los roles asignados para la ejecución de las actividades contempladas dentro del plan operativo.

Asimismo, se desarrolló la socialización de la gestión documental requerida para el adecuado desarrollo de las actividades, enfatizando en los lineamientos para la organización, entrega y cumplimiento de los soportes técnicos y administrativos. De igual manera, se efectuó la presentación y explicación detallada del anexo técnico, abordando los objetivos, metas, metodologías e indicadores establecidos para cada una de las intervenciones programadas.

Durante la jornada también se brindaron directrices orientadas al cumplimiento de los objetivos de cada actividad, resaltando la importancia del trabajo articulado, el cumplimiento de cronogramas y la adecuada ejecución metodológica en territorio. En este mismo espacio se realizó de manera formal la asignación y entrega de actividades de acuerdo con el perfil profesional requerido, definiendo responsabilidades específicas para cada integrante del equipo interdisciplinario.

A su vez, el personal profesional manifestó su compromiso frente a la elaboración y entrega oportuna de los insumos pedagógicos y educativos necesarios para el desarrollo de las actividades, tales como folletos, rotafolios, cuñas radiales, ayudas audiovisuales y demás materiales de apoyo, con el fin de fortalecer los procesos de información, educación y comunicación dirigidos a la comunidad beneficiaria.

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

| Acta No. 01 | Fecha: 01-04-2026 |
|---|---|

| | | |
|---|---|---|
| Departamento: La Guajira | Municipio: Maicao | |
| Lugar: IPS I Wayuu Talatshi | Hora de Inicio: 8:00 A.M | Hora de Finalización: 11:00 A.M |
| Dimensión / Dependencia: Coordinación PIC Departamental 2026 | | |
| Objetivo: Orientar al talento humano en el uso adecuado de cada formato y en el desarrollo de actividades asignadas para el ejecución del plan trabajo PIC 2026 | | |
| Responsable(s): Nohelis Ojeda M | | |

**Componente:**

1. Asistencia tecnica [1] ☐
   Capacitación ☒
   Acompañamiento y Cooperación Técnica ☐
   Asesoría ☐
2. Reunión[2] ☐
3. Otro. ☐ ¿Cuál? _____

**Asistentes: Se anexa Lista de Asistencia**

**Orden del día - Puntos a tratar:**

1. Oración y presentación del talento humano
2. Entrega de Anexos Tecnicos a Cada perfil profesional
3. Socialización de los formatos (cronograma, Actas de concertación etc)
4. Socialización de la Estructura del Informe
5. Cierre.

**Desarrollo**

El dia 01-04-2026 en las instalaciones de la I.P.S.I Wayuu Talatshi se realizo el primer encuentro con el equipo PIC departamental 2026, con el objetivo de darles la bienvenida, presentar en detalle el proyecto, socializar los formatos para

[1] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[2] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.



Dirección: Calle 186-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

el uso correcto de los mismo y a su vez establecer el plan de trabajo por cada referente para la ejecución de sus actividades y formalizar la relación laboral mediante la firma de contratos por prestación de servicios. Buscamos crear un ambiente de trabajo colaborativo y establecer las bases para una ejecución exitosa de las diferentes actividades

la coordinadora general, realizo su presentación ante el equipo, seguidamente se presentaron los referentes y se realizo asignación de actividades, entregas de anexos tecnicos y formatos a su vez se compartieron orientaciones y directrices para la ejecución de las actividades, realización de concertaciones y mesas de trabajo o articulaciones institucionales, como a su vez se realizo la explicación detallada de la estructura y elaboración de los informes, este espacio fue fundamental ya que se despejaron dudas e inquietudes logrando unificar criterios para el desarrollo adecuado de cada actividad. Seguidamente, se procedio a la firma de contratos laborales y de manera general el equipo se comprometio a realizar las actividades teniendo en cuenta el manejo de los tiempos para dar cumplimiento a la entrega oportuna de los informes.

Se da por terminada la reunión, siendo las 11:00 A.M.

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Compromisos:

| NÚMERO | COMPROMISOS | NOMBRE DEL RESPONSABLE | ENTIDAD | CARGO | FECHA DE CUMPLIMIENTO |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Hacer uso adecuado de cada formato Socializado | Equipo PIC Ophalmed-1 2026 | I.P.S.1 Wayuu Talatshi | Auxiliares y Referentes | Durante el desarrollo del proyecto PTC |
| 2 | Entregar las informanc información solicitada entre los tiempos exigidos | Equipo PI Ophalmed-1 2026 | I.P.S.1 Wayuu Talatshi | Auxiliares y Referentes | Durante el desarrollo del proyecto PTC |
| 3 | Entregar del cronograma mensual | Nolwis Ojeda | I.P.S.1 Wayuu Talatshi | Coordinador PTC | Durante el desarrollo del proyecto PTC |

Nolwis Ojeda Mungual
Cargo: coordinador PTC

Nota: se anexa listado de asistencia

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAC-128 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia a Capacitación, Acompañamiento, Asesorías en Salud | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

| Componente: | Capacitación X | Acompañamiento | Asesoría | Otros[1] | Cual? |
|---|---|---|---|---|---|
| Dirigida por: Nayeli Ojeda M | | | | | |
| Objetivo/ Tema: Inducción, Socialización de formatos y Anexos Técnicos | | | | | |
| Fecha: 01/04/2026 | Hora de Inicio: 08:00 A.M | | | Hora de Finalización: 11:00 A.M | |

| N° | NOMBRE Y APELLIDOS | MUNICIPIO | ENTIDAD | CARGO | DEPENDENCIA | CELULAR | EMAIL | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Yurleidis Rincon | Maicao | Pic Departamental | Auxiliar | Wayuu Talatshi IPSI | 321 332 0573 | yurleidisrincon@gmail.com | Yurleidis Rincón |
| 2 | Eglis Nuñez | Maicao | Pic Departamental | Psicologa | Wayuu Talatshi IPSI | 311 665 2194 | eglisnunez0501@gmail.com | Eglis Nuñez |
| 3 | Valeria Solano Iguaran | Maicao | Pic Departamental | Nutricionista | Wayuu Talatshi IPSI | 313 359 3278 | valeriasolanoiguaran@gmail.com | Valeria Solano I. |
| 4 | Ninfas Villegas C. | Maicao | Pic Departamental | Enfermera | Wayuu Talatshi IPSI | 3014722841 | ninfasvillegas@gmail.com | Ninfas Villegas C. |
| 5 | Robia Sijuana | Maicao | Pic Departamental | Auxiliar | Wayuu Talatshi IPSI | 312 212 7301 | sijuanarobia@gmail.com | Robia Sijuana |
| 6 | Yesenia Arsuaga | Maicao | Pic Departamental | Auxiliar | Wayuu Talatshi IPSI | 304 214 5220 | cyba2012@gmail.com | Yesenia Arsuaga |
| 7 | Mabel Rojano | Maicao | Pic Departamental | Enfermera | Wayuu Talatshi IPSI | 301 533 1792 | mabelrojanoepidemiologia@gmail.com | Mabel Rojano |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |

[1] Reunión: Defina qué tipo de reunión realizo: Actividades de articulación, gestión, alianzas, socialización, etc.

| FECHA: 01 de abril 2026 | LUGAR: I.P.S.I Wayuu Talatshi |
|---|---|
| Actividad: Inducción, socialización de formatos y anexos técnicos. | |









**Día 2:**
**Hora: Jornada continua (Trabajo autónomo)**
**Fecha: 9/04/2026**
**Lugar: Casa, Oficinas PIC, etc.**

El día 09 de abril de 2026, en jornada continua bajo la modalidad de trabajo autónomo, se realizó la elaboración de insumos educativos y comunicativos requeridos para el desarrollo de las actividades programadas, entre ellos pendón, afiche y folleto. Durante esta jornada se estableció, mediante el apoyo de diferentes aplicaciones y herramientas digitales, el diseño y estructuración del material pedagógico, seleccionando información clave y mensajes educativos acordes a los objetivos de las intervenciones.

Asimismo, se priorizó la construcción de contenidos claros, dinámicos y de fácil comprensión, orientados a fortalecer los procesos de información y sensibilización de la comunidad. Los insumos elaborados fueron diseñados con un enfoque lúdico y participativo, con el propósito de apoyar de manera didáctica las actividades a ejecutar y facilitar la apropiación de conocimientos relacionados con la promoción de estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades.

**PENDON:**


ACTIVIDAD FISÍCA
Favorece la salud mental y el bienestar
Fortalece los músculos y huesos
Promueve las relaciones sociales
Previene enfermedades
Ayuda a regular el peso, el colesterol y la presión arterial
RECUERDA OUE CAMINAR UNOS MINUTOS AL DIA PUEDE TRANSFORMAR TU SALUD, CUERPO Y MENTE!
WAYUU TALATSHI I.P.S.I.
PIC 2026
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS
DEPARTAMENTAL
Gobernación de La Guajira

**AFICHE:**

WAYUU TALATSHI I.P.S.I.
Tu Salud Con Derecho Propio

# PIC2026

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS
DEPARTAMENTAL

## LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

*¡Muévete hoy, vive mejor siempre!*



La actividad física regular es clave para mantener nuestro cuerpo y mente saludables, mejora nuestra calidad de vida y previene enfermedades.

## BENEFICIOS PARA TU SALUD

**Mejora la salud del corazón**
Fortalece el corazón, mejora la circulación y ayuda a controlar la presión arterial.

**Ayuda a mantener un peso saludable**
Quema calorías y grasa corporal, previniendo el sobrepeso y la obesidad.

**Fortalece el sistema inmunológico**
Mejora las defensas del cuerpo y reduce el riesgo de enfermedades.

**Mejora la salud mental**
Reduce el estrés, la ansiedad y la depresión. Aumenta la autoestima y el bienestar.

**Fortalece huesos y músculos**
Previene la pérdida de masa muscular y la osteoporosis.

**Mejora la calidad del sueño**
Favorece un descanso profundo y reparador.

La actividad física es medicina natural, gratuita y al alcance de todos.

## ¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE?

- Previene enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión, enfermedades del corazón, cáncer y problemas respiratorios.
- Aumenta la energía y la productividad en las actividades diarias.
- Promueve una vida más larga, activa e independiente.
- Mejora las relaciones sociales y el estado de ánimo.



## ¿CUÁNTA ACTIVIDAD FÍSICA NECESITAMOS?

Al menos **150 MINUTOS** a la semana de actividad física moderada (caminar rápido, bailar, montar bicicleta, nadar).

Ó

Al menos **75 MINUTOS** a la semana de actividad física intensa (correr, hacer deportes, entrenamiento de alta intensidad).

## TIPOS DE ACTIVIDAD FÍSICA



**Aeróbica** — Mejora la resistencia del corazón y los pulmones.

**Fuerza** — Fortalece músculos y huesos.

**Flexibilidad** — Mejora la movilidad y previene lesiones.

**Equilibrio** — Ayuda a prevenir caídas y mejora la estabilidad.

## ¡No olvides!

- Hidrátate antes, durante y después de la actividad.
- Usa ropa cómoda y calzado adecuado.
- Empieza poco a poco y aumenta la intensidad gradualmente.
- Escucha a tu cuerpo y descansa si lo necesitas.

## TIPS PARA INCORPORARLA EN TU VIDA

- Programa tu actividad física como una cita contigo mismo.
- Usa las escaleras en lugar del ascensor.
- Camina o usa bicicleta siempre que puedas.
- Haz actividades que disfrutes, es más fácil mantenerlas.
- Involucra a tu familia y amigos, ¡es más divertido!

## ¿QUIÉNES PUEDEN HACER ACTIVIDAD FÍSICA?

Todas las personas pueden beneficiarse, sin importar la edad o condición física. Consulta a tu médico si tienes alguna condición de salud especial.

## PRECAUCIONES



- Consulta a tu médico antes de iniciar una rutina de ejercicios si tienes alguna enfermedad.
- Evita la actividad física en ayunas prolongadas o inmediatamente después de comer.
- Realiza un calentamiento antes y estiramientos después de ejercitarte.
- Detente si sientes dolor, mareo o dificultad para respirar.

## ¡MUÉVETE, CUIDA TU CUERPO Y TRANSFORMA TU VIDA!

*Pequeños cambios hoy, grandes beneficios siempre.*



Una comunidad activa es una comunidad más sana y feliz.

*¡Tu salud es tu mejor inversión!*

**Día 3**
**Hora: 10:00**
**Fecha: 10/04/2026**
**Lugar: Oficina PIC – Emisora Avance Stereo**

El día 10 de abril de 2026, a las 10:00 a.m., se desarrolló jornada de trabajo orientada al diseño y fortalecimiento de material educativo y estrategias comunicativas que serían implementadas durante la ejecución de las actividades programadas en el marco del PIC Departamental. Durante este espacio se avanzó en la estructuración de herramientas pedagógicas y contenidos informativos enfocados en la promoción de la salud y prevención de enfermedades, garantizando que los mensajes fueran claros, pertinentes y acordes a la población objeto.

De igual manera, el equipo profesional realizó desplazamiento a las instalaciones de la emisora comunitaria con el propósito de validar el proceso de grabación de las cuñas radiales previamente estructuradas, verificando la adecuada difusión de mensajes clave relacionados con estilos de vida saludables, prevención de factores de riesgo y fortalecimiento de acciones de información, educación y comunicación en salud. Esta actividad permitió consolidar estrategias de comunicación masiva orientadas a ampliar el alcance e impacto de las intervenciones comunitarias.

| **TEMA: PRÁCTICA REGULAR DE ACTIVIDAD FÍSICA** |
|---|
| **TEXTO:**<br>El Plan de Intervenciones Colectivas PIC DEPARTAMENTAL 2026, del municipio de Maicao a través de la IPSI WAYUU TALASHI y la Secretaría de Salud Departamental y la dimensión vida saludable y condiciones crónicas no transmisibles, informa:<br><br>La actividad física es fundamental para mantener una vida saludable y prevenir enfermedades como la diabetes, hipertensión, obesidad y enfermedades cardiovasculares.<br><br>Realizar caminatas, bailar, trotar o practicar ejercicios diariamente ayuda a fortalecer el cuerpo, mejorar la salud mental y reducir el sedentarismo.<br><br>Te invitamos a adoptar hábitos saludables, mantener una alimentación balanceada y dedicar al menos 30 minutos al día a la actividad física.<br><br>¡Muévete por tu salud, bienestar y calidad de vida!<br><br>**CUÑA** |

| TEMA: PRÁCTICA REGULAR DE ACTIVIDAD FÍSICA |
| --- |
| **TEXTO:**<br>El Plan de Intervenciones Colectivas PIC Departamental 2026, a través de la IPSI WAYUU TALASHI, la Secretaría de Salud Departamental y el eje vida saludable y condiciones crónicas no transmisibles, invita a toda la comunidad a fortalecer hábitos saludables mediante la práctica de la actividad física.<br><br>Realizar ejercicio diariamente ayuda a prevenir enfermedades como la diabetes, hipertensión, obesidad y enfermedades del corazón. Caminar, bailar, trotar y mantenerse activo mejora la salud física y mental.<br><br>Te invitamos a participar en las jornadas educativas y comunitarias orientadas a promover estilos de vida saludables y disminuir el sedentarismo.<br><br>¡Actividad física es salud, bienestar y calidad de vida! Alcaldía Municipal de Maicao, Secretaría de Salud Departamental e IPSI WAYUU TALATSHI.<br><br>**PERIFONEO** |

| FECHA: 10 de abril 2026 | LUGAR: Avance Estéreo 99.2 FM |
|---|---|
| **Actividad: Elaboración y grabación de cuñas y perifoneo** | |
|   |   |

| LIBRETO DE ABOGACÍA |
|---|
| **Tema:** Promoción de la Actividad Física y Conmemoración del Día Mundial de la Actividad Física |
| **TAREA:** Concertación y/o Articulación |
| **POBLACION OBJETO:** Líder, Autoridad, secretaria de salud municipal, coordinador de espacio público, etc. |

Cordial saludo de parte de la Secretaría de Salud Departamental de La Guajira, el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) Departamental 2026 y su ente operador IPSI Wayuu Talatashi.

El motivo de este acercamiento es solicitar su valioso apoyo y acompañamiento para el desarrollo de una actividad de información, educación y movilización comunitaria orientada a promover la actividad física como una estrategia fundamental para mejorar la calidad de vida, fortalecer hábitos de vida saludables y prevenir enfermedades crónicas no transmisibles en la población del municipio de Maicao.

Esta intervención busca sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de incorporar la actividad física de manera regular en la vida cotidiana, resaltando sus beneficios para la salud física, mental y emocional, así como su contribución en la prevención de enfermedades como hipertensión arterial, diabetes, obesidad y enfermedades cardiovasculares.

La metodología contempla la realización de actividades educativas, jornadas de sensibilización, perifoneo y espacios de participación comunitaria que permitan llegar a la población de manera cercana y efectiva, fomentando la adopción de estilos de vida saludables y el aprovechamiento de los espacios comunitarios para la práctica de actividad física.

Las acciones se desarrollarán en diferentes sectores priorizados del municipio de Maicao, por lo que la colaboración y el respaldo de los líderes comunitarios y autoridades locales son fundamentales para garantizar una adecuada participación de la comunidad y el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Teniendo en cuenta lo anterior, nos gustaría conocer su percepción frente al desarrollo de esta actividad y, de ser posible, contar con su autorización y apoyo para llevar a cabo las acciones programadas en su comunidad.

Agradecemos de antemano su disposición para contribuir al bienestar y la salud de la población. De igual manera, estaremos en contacto para coordinar la fecha, hora y demás aspectos logísticos necesarios para el desarrollo exitoso de la actividad.

## LIBRETO DE EJECUCIÓN

**Tema:** Promoción de la Actividad Física y Conmemoración del Día Mundial de la Actividad Física

**TAREA:** Desarrollo de Actividades

**POBLACION OBJETO:** Población General

Muy buenos días/tardes para todos.
Reciban un cordial saludo de parte de la Gobernación de La Guajira, la Secretaría de Salud Departamental y el Plan de Intervenciones Colectivas (PIC). Agradecemos su valiosa presencia y participación en esta jornada que hemos preparado especialmente para promover estilos de vida saludables y mejorar nuestro bienestar físico y emocional.

Mi nombre es Ninfa Villero Contreras, Enfermera del PIC Departamental, y hoy estaremos compartiendo información importante sobre la actividad física y los beneficios que esta aporta a nuestra salud.

Antes de iniciar nuestra actividad física, queremos conversar brevemente sobre la importancia de mantenernos activos.

La actividad física es cualquier movimiento que realizamos con nuestro cuerpo y que nos ayuda a gastar energía, como caminar, bailar, correr, montar bicicleta, hacer ejercicios o participar en actividades recreativas.
Realizar actividad física de manera regular trae muchos beneficios para nuestra salud, entre ellos:

- Ayuda a mantener un peso saludable.
- Fortalece el corazón y mejora la circulación sanguínea.
- Disminuye el riesgo de enfermedades como hipertensión arterial, diabetes y enfermedades cardiovasculares.
- Fortalece músculos y huesos.
- Reduce el estrés, la ansiedad y mejora el estado de ánimo.
- Favorece un mejor descanso y calidad del sueño.
- Incrementa los niveles de energía para realizar las actividades diarias.

La Organización Mundial de la Salud recomienda que las personas adultas realicen al menos 150 minutos de actividad física moderada a la semana, lo que equivale aproximadamente a 30 minutos diarios durante cinco días.

Es importante recordar que nunca es tarde para comenzar. Pequeñas acciones como caminar, bailar o realizar ejercicios sencillos pueden generar grandes beneficios para nuestra salud y calidad de vida.

Ahora que conocemos la importancia de mantenernos activos, damos inicio a nuestra jornada de rumbaterapia.

Los invitamos a participar con entusiasmo, disfrutar de la música y realizar los movimientos de acuerdo con sus capacidades físicas. Lo más importante es mantenerse en movimiento, divertirse y compartir este espacio de integración comunitaria.

¡Anímense a participar y a cuidar su salud a través de la actividad física!

Una vez finalizada la jornada de rumbaterapia, se realiza la entrega de afiches informativos relacionados con la promoción de la actividad física y los hábitos de vida saludable.
Los invitamos a leer este material, compartir la información con sus familias y poner en práctica las recomendaciones brindadas durante esta actividad.

Para finalizar, queremos agradecerles por su participación, disposición y compromiso con el cuidado de su salud.

Esperamos que los conocimientos compartidos hoy les permitan fortalecer hábitos saludables y motivarse a realizar actividad física de manera regular como una estrategia para prevenir enfermedades y mejorar su bienestar.

Gracias por acompañarnos en esta jornada. Les deseamos muchos éxitos, bienestar y salud para ustedes y sus familias.

**Dia 4**
**Hora: 02:55 pm**
**Fecha:7/04/2026**
**Lugar: Dirección de Deporte y Recreación**

Durante el desarrollo de las acciones contempladas en el Plan de Intervenciones Colectivas PIC Departamental 2026, la profesional encargada del eje Vida Saludable y Condiciones Crónicas No Transmisibles realizó visita institucional a la Dirección de Recreación y Deporte del municipio de Maicao, con el propósito de socializar el inicio de las actividades orientadas a la promoción de la actividad física en el área urbana y rural del municipio.

En el marco de esta articulación intersectorial, se informó que desde el PIC Departamental 2026 se desarrollarían jornadas lúdico-recreativas y actividades comunitarias enfocadas en fomentar estilos de vida saludables, disminuir el sedentarismo y prevenir enfermedades crónicas no transmisibles, especialmente en conmemoración del Día Mundial de la Actividad Física.

Asimismo, durante el encuentro se concertaron acciones conjuntas para fortalecer el impacto de las intervenciones en la comunidad, estableciendo dos puntos estratégicos para la ejecución de las actividades y jornadas de rumbaterapia: la Plaza Simón Bolívar, ubicada en la zona urbana del municipio, y la comunidad indígena Okulemana, en la zona rural, priorizando así espacios de amplia participación comunitaria.

De igual manera, la Dirección de Recreación y Deporte manifestó su disposición de apoyar las actividades programadas, designando un contacto encargado de liderar y orientar las sesiones de rumbaterapia, contribuyendo de esta manera al adecuado desarrollo de las jornadas y fortaleciendo el trabajo articulado entre las instituciones en beneficio de la salud y bienestar de la población del municipio de Maicao.

PIC 2026
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS
DEPARTAMENTAL

WAYUU TALATSHI I.P.S.I.
Tu Salud Con Derecho Propio

Maicao, 7 de abril 2026

**Señor (a)**
**Dirección de Recreación y Deporte Maicao**
**Asunto: Articulación intersectorial para jornadas lúdico-recreativas en el marco del PIC Departamental 2026**

Cordial saludo,
Por medio del presente, nos permitimos informar que desde el **Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) Departamental 2026**, se tiene prevista la conmemoración de fechas de gran importancia en salud pública, entre las cuales se destacan:

- Día Mundial de la Actividad Física
- Día Mundial de la Hipertensión
- Día Mundial Sin Tabaco
- Semana de Estilos de Vida Saludable (incluye el Día Mundial del Corazón y el Día Nacional de la Lucha contra la Obesidad)
- Día Mundial de la Diabetes

En este sentido, consideramos fundamental fortalecer la articulación intersectorial con la Dirección de Recreación y Deporte del municipio de Maicao, con el propósito de coordinar acciones conjuntas que permitan el desarrollo de jornadas lúdico-recreativas, orientadas a la promoción de estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles.
Por lo anterior, solicitamos respetuosamente su apoyo para definir de manera conjunta las áreas, territorios y microterritorios priorizados dentro del municipio de Maicao, donde se puedan llevar a cabo dichas actividades, garantizando así una mayor cobertura e impacto en la comunidad.
Agradecemos de antemano su disposición y compromiso para trabajar de manera articulada en beneficio de la población, contribuyendo al mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes del municipio.

Cordialmente,

Ninfas Villero C
**NINFAS VILLERO CONTRERAS**
**C.C : 40877376**
**ENFERMERA**

Recibí
07-04-2026
Hora 2:55 pm
Sandra Barros G

**Carrera 15 # 5 - 41 Barrio Boscán - Maicao - La Guajira**
**Teléfono 7255976- 7250252 Cel. 301 3947153 – 304 6242909**
**Pag Web:** www.ipsiwayuutalatshi.com - **E-mail:**
picdepartamentalwt2026@gmail.com

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

| Acta No. 01 | Fecha: 07/04/2026 |
|---|---|

| | | |
|---|---|---|
| Departamento: La Guajira | Municipio: Malcao | |
| Lugar: Despacho de la dirección de Deportes Malcao | Hora de Inicio: 02:55 pm | Hora de Finalización: 03:45 pm |
| Dimensión / Dependencia: Vida Saludable y Condiciones Cronicas no transmisibles | | |
| Objetivo: Coordinar acciones conjuntas para la promoción de estilos de Vida Saludable y Prevención de enfermedades Cronicas no transmisibles en Malcao | | |
| Responsable(s): Ninfas Villero Contreras | | |

**Componente:**

1. Asistencia tecnica [1] ☐
   Capacitación ☐
   Acompañamiento y Cooperación Técnica ☐
   Asesoría ☐
2. Reunión[2] ☒
3. Otro. ☐ ¿Cuál? _____

**Asistentes: Se anexa Lista de Asistencia**

**Orden del dia - Puntos a tratar:**

1. Socializacion del Cronograma de Conmemoraciones en Salud publica (PIC) Dptal 2026
2. Propuesta de articulacion intersectoral para la promocion de estilos de Vida Saludable.
3. Definir T y MT Prioritarios para Prevencion Conjunta.
4. Acuerdos y Compromisos para la planificacion y ejecucion de las jornadas
5. Definicion de proximos pasos y Fechas de Seguimiento.

**Desarrollo**

Se presenta el plan de Intervenciones Colectivas (PIC) Departamental 2026 destacando las Fechas de Conmemoración en Salud publica como dia mundial de la Actividad Fisica, la Hipertensión, el

[1] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[2] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacia, socialización, etc.



Dirección: Calle 1B6-05 | Linea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Tabaco, el corazon y la obesidad. y la Diabetes. Se propone una articulacion Intersectoral con la Direccion de recreación y Deportes de Maicao para desarrollar jornadas ludicas y recreativas. El objetivo es promover Vidas Saludables y prevenir enfermedades cronicas no transmisibles. Se solicita el apoyo para identificar y definir de manera Conjunta los Territorios y Microterritorios prioritarios en el municipio para optimizar el alcance de las intervenciones. Se discuten estrategias iniciales para la coordinacion de actividades y la importancia de la participación Comunitaria.



Dirección: Calle 186-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

**Compromisos:**

| NÚMERO | COMPROMISOS | NOMBRE DEL RESPONSABLE | ENTIDAD | CARGO | FECHA DE CUMPLIMIENTO |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Asignar Una Persona encargada de apoyar y dirigir las actividades de rumba terapia durante el desarrollo de las jornadas de actividad Física. | Raul Rojano | Dirección de Aseguramiento y Prestaciones de servicios | Asistencial | 21, 22 de abril |
| 2 | Garantizar el transporte de la persona asignada para el acompañamiento y apoyo en las diferente act Programada. | Ninfas villaro | PIC Departamental | Referente | 21, 22 de abril |
| 3 | | | | | |

Ninfas Villeros
Cargo. Enfermera PIC

Nota: se anexa listado de asistencia



Dirección: Calle 1B6-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

Gobernación de La Guajira

| | | | |
|---|---|---|---|
| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAC-128 |
| FORMATO | Listado de Asistencia a Capacitación, Acompañamiento, Asesorías en Salud | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Componente: | Capacitación | Acompañamiento | Asesoría | Otros[1] X | Cual? Articulación |
| Dirigida por: Ninfa Villeros Contreras | | | | | |
| Objetivo/ Tema: Articulación Intersectorial para promotores lúdico-recreativos - Actividad física | | | | | |
| Fecha: 7/04/2026 | | Hora de Inicio: 02:55 P.m | | Hora de Finalización: 03:45 P.m | |

| N° | NOMBRE Y APELLIDOS | MUNICIPIO | ENTIDAD | CARGO | DEPENDENCIA | CELULAR | EMAIL | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Sandra Barros G | Maicao | Dirección de Recreación y Deporte | Apoyo a la gestión Social | DRD - Maicao | 3136590880 | Sandrabg@gmail.com | Sandra Barros G |
| 2 | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |

[1] Reunión: Defina qué tipo de reunión realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

FOR-LAC-128 - versión: 01, Mayo 24 de 2024

# EVIDENCIA FOTOGRAFICAS

| FECHA: 7 de abril 2026 | LUGAR: Oficina de Despacho Dirección de Deporte Municipal |
|---|---|
| Actividad: Articulación Intersectorial para jornadas lúdico – recreativas / Actividad Física | |



**Dia 5**
**Hora: 09:00**
**Fecha:10/04/2026**
**Lugar: Oficina de Espacio Publico**

En horas de la mañana se llevó a cabo reunión de articulación en la oficina de Espacio Público del municipio de Maicao, contando con la participación de la profesional del Plan de Intervenciones Colectivas PIC Departamental 2026 y el coordinador de dicha dependencia, con el propósito de socializar la propuesta de la jornada de promoción de la salud a desarrollarse en la Plaza Simón Bolívar. Durante el encuentro se dieron a conocer las actividades programadas en el marco de la conmemoración del Día Mundial de la Actividad Física, las cuales incluían charlas educativas sobre actividad física, alimentación saludable, prevención del consumo de alcohol y tabaco, así como una sesión de rumbaterapia dirigida a la comunidad.

Asimismo, se establecieron acuerdos logísticos para garantizar el adecuado desarrollo de la jornada, recibiendo aprobación y apoyo por parte de la coordinación de Espacio Público para la utilización del área central de la plaza. De igual manera, se pactó el compromiso institucional de que, una vez finalizada la actividad, el equipo organizador realizaría la entrega del espacio completamente limpio y organizado, garantizando el cuidado del entorno, el adecuado manejo de los residuos y el respeto por el mobiliario urbano de la Plaza Simón Bolívar.

PIC 2026
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS
DEPARTAMENTAL

WAYUU TALATSHI I.P.S.I.
Tu Salud Con Derecho Propio

Maicao, 10 de abril 2026

Señor(a)

**COORDINADOR ESPACIO PUBLICO**

**ASUNTO: Solicitud de permiso para la realización de jornada de promoción de salud en la plaza simón bolivar del plan de intervenciones colectivas departamental PIC 2026.**

Estimado señor coordinador.

Reciba un cordial saludo de parte del plan de intervenciones colectivas (pic) departamental 2026

Por medio del presente, nos dirigimos a usted con el fin de solicitar su amable autorización y apoyo para la realización de una jornada de promoción en salud en la plaza simón bolivar del municipio de Maicao.

Esta actividad está programada para el Día 21 de abril del año 2026 en el horario de 08:00am a 10:00 am. El objetivo principal de esta jornada es promover estilos de vida saludable en la comunidad maicaera, mediante el desarrollo de charlas educativas sobre la importancia de la actividad física, los beneficios de una alimentación saludable, ya la prevención de consumo de alcohol y tabaco.
Adicionalmente, se realizará una sesión de rumba terapia para fomentar la participación activa de los asistentes.

Atentamente.

**NINFAS VILLERO**
**C.C: 40877376**
**ENFERMERA**
**CEL: 3013770573**

| | | | |
|---|---|---|---|
| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

| | |
|---|---|
| Acta No. 02 | Fecha: 10/04/2026 |

| | | |
|---|---|---|
| Departamento: La Guajira. | Municipio: Maicao | |
| Lugar: Oficina Espacio publico | Hora de Inicio: 09:00 am | Hora de Finalización: 10:00 am |
| Dimensión / Dependencia: Vida Saludable y Condiciones (ONTs) no transmisible. | | |
| Objetivo: Coordinación y aprobación para la realización de la jornada de Promocion de Salud en la plaza Simon Bolivar. | | |
| Responsable(s): Ninfas Villero Contreras. | | |

**Componente:**

1. Asistencia tecnica [1] ☐
   Capacitación ☐
   Acompañamiento y Cooperación Técnica ☐
   Asesoría ☐
2. Reunión[2] ☒
3. Otro. ☐ ¿Cuál? _____

**Asistentes: Se anexa Lista de Asistencia**

**Orden del día - Puntos a tratar:**

1. Saludo y presentacion
2. Socializacion de la propuesta de la jornada de promocion de salud
3. Definición de detalles logisticas y Compromisos para el uso de la plaza Simon Bolivar
4. Acuerdos y cierre.
5. _____

**Desarrollo**

Se da inicio al Dialogo con un Cordial Saludo por parte de el plan de intervenciones Colectivas (PIC) Departamental 2026 al Señor Melquisedec Bayas agradeciendo su disposicion para Cordinar la actividad

[1] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[2] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Se procede a Socializar la propuesta de la jornada de promocion de la Salud que tiene prevista realizar en la plaza Simon Bolivar. Se reitera que el objetivo de la jornada es fomentar estilos de Vida Saludable en la Comunidad de Maicao, atraves de charlas educativas Sobre actividad Fisica, alimentacion Saludable y prevencion del Consumo de alcohol y tabaco, complementadas con una Sesion de Rumbaterapia.
Se informa especificamente que la actividad Se realizara el 21 de abril del 2026 en el horario Comprendido de 08:00 am a 10:00 am
El Sr. Helquisedec Borja Cordinador de espacio publico manifiesta su aprobacion y apoyo a la iniciativa, destacando la importancia de este tipo de actividades para el bienestar de la ciudadania.
Se acuerda que la actividad Se realizara en el area Central de la plaza Simon Bolivar, garantizando el libre transito de peatones y el respeto por el mobiliario urbano.

| | | | |
|---|---|---|---|
| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoria y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Compromisos:

| NÚMERO | COMPROMISOS | NOMBRE DEL RESPONSABLE | ENTIDAD | CARGO | FECHA DE CUMPLIMIENTO |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Nos comprometimos a dejar el espacio completamente limpio una vez finalizada la jornada. | Nurfas Villero | DLC Departamental | Enfermera | 20/04/26 |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |

Cargo Coordinador E.P.

Nota: se anexa listado de asistencia

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAC-128 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia a Capacitación, Acompañamiento, Asesorías en Salud | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

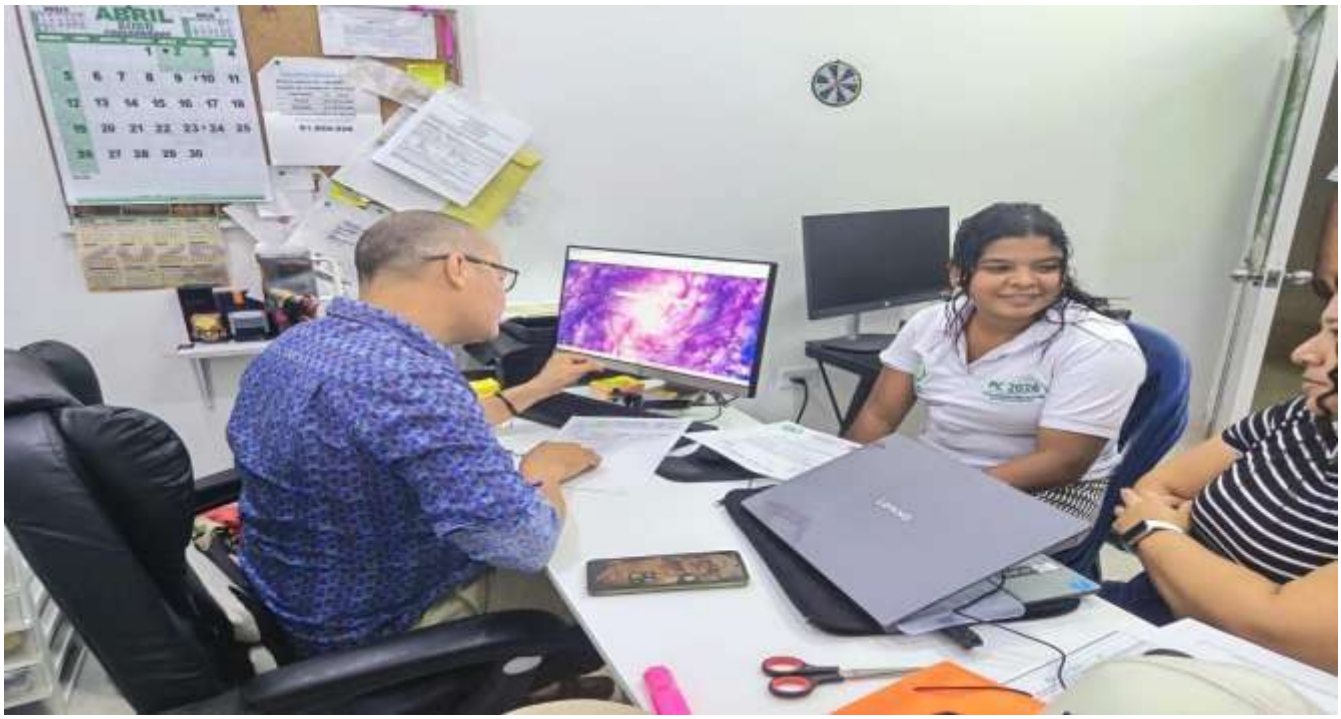
| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Componente: | Capacitación | Acompañamiento | Asesoría | Otros[1] X | Cual? Articulación |
| Dirigida por: Miguel Villegas Cantillo | | | | | |
| Objetivo/ Tema: Socialización de Proyecto para la realización de jornadas de Promoción en Salud - Actividad Física | | | | | |
| Fecha: 10/04/2026 | Hora de Inicio: 09:00 a.m. | | | Hora de Finalización: 10:00 a.m. | |

| N° | NOMBRE Y APELLIDOS | MUNICIPIO | ENTIDAD | CARGO | DEPENDENCIA | CELULAR | EMAIL | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Melquisedec Baiju | Maicao | Alcaldía Pub | Coordinador | Espacio Público | 301 3941755 | espaciopublico@gmail.com | |
| 2 | Sind: Villarreal | Maicao | Alcaldía Pub | Trabajador Social | Espacio Público | 302 2574850 | espaciopublico@gmail.com | Sindy Villarreal. |
| 3 | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |

[1] Recuerde: Definir qué tipo de reunión realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacía, socialización, etc.

## EVIDENCIA FOTOGRAFICA

| FECHA: 10 de abril 2026 | LUGAR: Oficina de Espacio Publico |
|---|---|
| Actividad: Presentación y articulación intersectorial | |



**Dia 6**
**Hora: 09:00**
**Fecha:14/04/2026**
**Lugar: Comunidad Okulemana**

El propósito principal del día 14 de abril de 2026 fue realizar un encuentro presencial con la autoridad tradicional indígena Wayuu de la comunidad Okulemana, ubicada en el área rural del municipio de Maicao, con el fin de concertar el proceso de articulación para el desarrollo de la "jornada de información en salud que impacten a personas en el municipio de Maicao, en mayores de 18 años en el entorno comunitario o institucional, promoviendo y sensibilizando sobre estilos de vida saludables con énfasis en actividad física".
Durante el desarrollo del encuentro, y respetando los usos y costumbres de la comunidad, se sostuvo un diálogo genuino y participativo con la autoridad tradicional, en el cual se socializó el alcance de la estrategia, resaltando la importancia de fortalecer los conocimientos relacionados con la actividad física.

La autoridad tradicional manifestó una actitud positiva y disposición frente al desarrollo de la actividad, resaltando la importancia de continuar fortaleciendo los procesos educativos en la comunidad desde un enfoque intercultural y de respeto por las tradiciones del pueblo Wayuu.

Así mismo, se solicitó que la persona encargada de desarrollar la actividad realizara la orientación en el dialecto Wayuunaiki, con el propósito de garantizar una mejor comprensión de la temática por parte de la comunidad.

Frente a esta solicitud, se brindó respuesta positiva, informando que el equipo PIC cuenta con personal perteneciente a la etnia Wayuu, capacitado para realizar el proceso educativo en lengua materna, favoreciendo la comunicación asertiva y la pertinencia cultural durante la jornada.

Finalmente, se acordó mantener comunicación permanente para la coordinación de las acciones programadas y se concertó la realización de la actividad para el día 22 de abril de 2026.

| | | |
|---|---|---|
| Gobernación de La Guajira | PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS - | Código: |
| | ACTA DE CONCERTACIÓN | Versión: 01 |
| | | Fecha: |

El dia 14 del mes Abril en el año 2026, el profesionales del plan de intervenciones colectivas PIC Ninfas Villeros se comunica de manera presencial ( ) y/o telefónicamente ( ) con el lider y/o autoridad de la comunidad o barrio ( ) Soleida Vilchez del Municipio de Maicao del departamento de La Guajira, con el fin de concertar actividades educativas y promotoras de salud.

La concertación tiene el objetivo de articular y dar a conocer a los miembros de la comunidad sobre los temas: Vida Saludable y condiciones no transmisibles

Durante la reunión o llamada se le explica al lider y/o autoridad, director de la Institución educativa la importancia del desarrollo en temas de educación en salud, Una vez divulgado el objetivo de la concertación y analizado el interés de la comunidad se concluye lo siguientes:

La comunidad/Barrio Olimpico

ACEPTA X NO ACEPTA_____la educación en temas de salud.

La comunidad cuenta con 300 números de población.

Para mayor constancia se firma a los 14 días, del mes de Abril del año 2026

Firman:

| Actores | Nombre y Apellido | Cedula | Teléfono | Firma/huella |
|---|---|---|---|---|
| Lider/ autoridad | Soleida Vilchez | 56088366 | 3043527493 | |
| Testigo | Jesus Gil | 17874012 | 3012293508 | |
| Profesional del Plan de Intervención Colectiva PIC | Ninfas Villeros | 40877326 | 3013770573 | |

OBSERVACIONES:

## EVIDENCIA FOTOGRAFICA

| FECHA: 14 de abril 2026 | LUGAR: Comunidad Okulemana |
|---|---|
| Actividad: Concertación | |



**Dia 7**
**Fecha: 17/04/2026**
**Hora: 02:00 pm**
**Lugar: Reunión Virtual Estilos De Vida Saludables**

Se llevó a cabo una reunión virtual liderada por el referente departamental, con el propósito de brindar lineamientos técnicos y operativos para la adecuada ejecución de la actividad denominada estrategia de información y educación en estilos de vida saludable, orientada a la promoción de la salud y la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles en los entornos comunitario e institucional de los micro territorios priorizados del municipio de Maicao, departamento de La Guajira.

Durante el desarrollo de la jornada se socializaron los objetivos, alcances metodológicos y criterios de implementación de la estrategia, haciendo énfasis en los componentes temáticos relacionados con la promoción de la alimentación saludable, la práctica regular de actividad física, la prevención del consumo de alcohol, tabaco y cigarrillos electrónicos, así como la adopción de hábitos de autocuidado que contribuyan al bienestar integral de la población.

De igual manera, se generó un espacio de asistencia técnica para resolver inquietudes presentadas por el equipo ejecutor, fortaleciendo la comprensión de las acciones a desarrollar y garantizando la estandarización de los procesos en territorio. Finalmente, se definieron los tiempos establecidos para la entrega de informes, la estructura documental requerida y los lineamientos para la presentación de soportes, con el fin de asegurar el adecuado seguimiento, monitoreo y cumplimiento de las metas programadas.

Se anexa evidencia fotográfica de la jornada.






## 2. EJECUCIÓN

**DIA 1**
**Lugar:** Barrio Centro – Plaza Simón Bolívar
**Hora:** 08:00 PM
**Fecha:** 20/04/2026

**Tema**: Estilos De Vida Saludables Con Énfasis En Actividad Física, Alimentación Saludable, No Consumo De Alcohol Y Tabaco.

El 21 de abril de 2026, en el marco de la estrategia de promoción de la salud y prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, se desarrolló una jornada educativa sobre Semana de Estilos de Vida Saludable en la zona centro del municipio de Maicao, orientada al fortalecimiento de hábitos saludables, alimentación equilibrada, práctica regular de actividad física y prevención del consumo de alcohol, tabaco, cigarrillos electrónicos y vapeadores, con el fin de disminuir factores de riesgo asociados a enfermedades cardiovasculares y diabetes.

Como parte de las acciones preparatorias, un día antes de la actividad se realizó perifoneo en el sector céntrico del municipio, invitando a la comunidad en general a participar activamente de la jornada y recomendando asistir con ropa cómoda para vincularse a las actividades físicas programadas. Esta estrategia permitió socializar previamente la intervención y motivar la asistencia de la población.

El día programado, en horas de la mañana, el equipo inició un recorrido por los diferentes puestos informales y zonas comerciales del centro de Maicao, donde se brindó información personalizada a trabajadores, comerciantes y transeúntes sobre la importancia de adoptar estilos de vida saludables. Durante esta sensibilización se abordaron temas como alimentación balanceada, aumento del consumo de frutas y verduras, reducción de alimentos ultra procesados, importancia de la hidratación, abandono del tabaquismo, prevención del uso de cigarrillos electrónicos y vapeadores, especialmente en población adolescente, y reducción del consumo de bebidas alcohólicas.

Posteriormente, se extendió la invitación a la población presente para participar en una sesión grupal de rumbaterapia, actividad recreativa y deportiva orientada a promover la actividad física como hábito protector para la salud cardiovascular. Para el desarrollo de esta jornada se contó con el apoyo institucional de la Dirección de Deportes del municipio de Maicao, entidad que asignó un instructor encargado de liderar la sesión, motivando la participación activa de la comunidad mediante ejercicios aeróbicos y dinámicas musicales.

Durante el desarrollo de la actividad, miembros de la comunidad maicaera manifestaron de manera positiva su percepción frente a la intervención realizada en la Plaza Simón Bolívar, resaltando que este tipo de espacios generalmente son utilizados para actividades comerciales, culturales y otros eventos comunitarios, por lo que no era habitual evidenciar jornadas enfocadas en la promoción de la actividad física y estilos de vida saludables. Algunos participantes expresaron que la realización de actividades como la rumbaterapia en una zona de alta afluencia comercial permitió generar mayor integración comunitaria y captar la atención tanto de comerciantes como de trabajadores del sector. Asimismo, varias personas indicaron que gracias al perifoneo previo lograron enterarse

oportunamente de la jornada, lo que facilitó su participación activa durante las dinámicas desarrolladas, fortaleciendo el interés de la comunidad por este tipo de estrategias de promoción de la salud en espacios públicos del municipio.

Durante la actividad se reforzó el mensaje central: “Cuida tu corazón, vive más y mejor”, destacando que pequeños cambios diarios en la alimentación, el movimiento corporal y la eliminación de hábitos nocivos como el tabaquismo, el uso de cigarrillos electrónicos y vapeadores contribuyen significativamente al bienestar integral y a la prevención de enfermedades, especialmente en adolescentes y jóvenes.

Finalmente, una vez culminada la jornada, el equipo PIC realizó labores de limpieza y recolección de residuos en la plaza intervenida, dando cumplimiento a los compromisos establecidos previamente en la articulación con la entidad encargada de Espacios Públicos del municipio, promoviendo así el uso adecuado, responsable y sostenible de los bienes comunes.
La actividad permitió impactar positivamente a la población del sector céntrico de Maicao, fortaleciendo prácticas saludables y fomentando la apropiación comunitaria de espacios públicos como escenarios para la promoción de la salud.

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

| Acta No. 01 | Fecha: 21/04/2026 |
|---|---|

| Departamento: La Guajira | Municipio: Maicao. | |
|---|---|---|
| Lugar: plaza Simon Bolivar | Hora de Inicio: 08:00am | Hora de Finalización: 10:00 am. |
| Dimensión / Dependencia: Vida Saludable y Condiciones Cronicas no transmisible | | |
| Objetivo: Informar sobre promocion de la actividad Fisica, alimento saludable no consumo de alcohol y tabaco. | | |
| Responsable(s): Ninfas Villero. | | |

**Componente:**

1. Asistencia tecnica [1] ☐
   Capacitación ☐
   Acompañamiento y Cooperación Técnica ☐
   Asesoría ☐
2. Reunión[2] X
3. Otro. ☐ ¿Cuál? _____

**Asistentes: Se anexa Lista de Asistencia**

**Orden del dia - Puntos a tratar:**

1. Presentacion del pic Departamental
2. Desarrollo de la actividad
3. Rumbaterapia
4. Despedida y agradecimiento.
5. _____

**Desarrollo**

la jornada Se dio inicio en la emblametica plaza Simon Bolivar de Maicao Con un Cordial Saludo a los Ciudadanos que Se Congregaron y participaron activamente en las actividades propuestas.

[1] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[2] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacia, socialización, etc.



Dirección: Calle 1B6-05 | Linea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Se procedio con las Charlas educativas, abordando temas esenciales para el bienestar de la Comunidad. En primer lugar Se destaco la importancia de la actividad fisica regular para mantener una buena Salud, prevenir enfermedades y mejorar la Calidad de Vida. posteriormente Se impartio una charla Sobre alimentacion Saludable y buenos habitos alimenticios, proporcionando Consejos practicos y Sencillos para una nutricion balanceada que pueda Ser aplicada en el dia a dia.
Un eje Central de la Jornada Fue la Charla dedicada a la prevencion del consumo de alcohol y tabaco. Se informaron a los asistentes Sobre los Serios riesgos para la Salud asoaada a estas Sustancias, haciendo enfasis en los beneficios de tomar decisiones Conscientes para una Vida libre de adicciones y Promoviendo entornos Saludables.
Para Completar la parte educativa, Se realizo una actividad fisica Practica de Rumba-terapia Esta Sesion, llena de energia y ritmo, conto



Dirección: Calle 186-05 | Linea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| | | | |
|---|---|---|---|
| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Con la entusiasta participación de niños, jovenes y adultos, quienes siguieron las indicaciones de los instructores y disfrutaron de un momento de ejercicio y esparamento a aire libre. La actividad demostro como el ejercicio puede ser divertido y accesibles para todos.



Dirección: Calle 186-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| | | | |
|---|---|---|---|
| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

**Compromisos:**

| NÚMERO | COMPROMISOS | NOMBRE DEL RESPONSABLE | ENTIDAD | CARGO | FECHA DE CUMPLIMIENTO |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |

Nuñas Vilero C.
Cargo. Enfermera pic Optal

Nota: se anexa listado de asistencia



Dirección: Calle 1#6-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

Actividad: Estilos de Vida Saludable con entrasis en actividad física, alimentación Saludable, no consumo de alcohol y Tabaco. Municipio: Maicao

Objetivo/ Tema: Informar sobre promoción de la actividad física, alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco. Lugar de ejecución de la actividad: Centro - Plaza Simón Bolivar

Dirigida por: Ninfa Villero Fecha: 21/04/2026 Hora de Inicio: 08:00 am Hora de Finalización: 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDÍGENA | AFRODESCEN | VÍCTIMA | DISC | ADULTO MAYOR | LGTBIQA+ | OTRO | MIGRANTE | AFILIACIÓN A SGSS CONTRIBUTIVO | SUBSIDIADO | NO AFILIADO | ESCOLARIDAD SIN ESTUDIOS | PRIMARIA | SECUNDARIA | TÉCNICOS | UNIVERSITARIO | Profesión u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Honoria Gonzalez | 1N1794249 | 38 | / | | Centro | 3012566 | X | | | | | | | X | | | | X | | | X | | | | Comerciante | Honoria G. | |
| 2 | Estilita Gonzalez | 6966021 | 37 | X | | Centro | 3143611 | X | | | | | | | | X | | | X | | | X | | | | Ama de casa | Estilita G. | |
| 3 | Marcelo Epinayu | 1124490 | 35 | | X | Centro | 311 201 | X | | X | | | | | | | | | X | | | | | X | | Comerciante | marcelo | |
| 4 | Josefina Fernandez | 5976194 | 35 | X | | Centro | 301 201 | X | | X | | | | | | | | | X | | | | X | | | Ama de casa | josefina Fdez | |
| 5 | Jaime Uriana | 1149974 | 36 | | X | Centro | 3146322 | / | | X | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Jaime Uriana | |
| 6 | Josefa Uriana | 1124490 237 | 47 | X | | Centro | 3012 | / | | X | | | | | | | | | X | | | | X | | | Ama de casa | Josefa Uriana | |
| 7 | Benito Uriana | 1151454 | 32 | | X | Centro | 3012 | X | | X | | | | | | | | | X | | X | | | | | Comerciante | Benito Uriana | |
| 8 | Luisito Epinayu | 1140869 | 23 | | X | Centro | 321 | X | | X | | | | | | | | | X | | | | | X | | Comerciante | Luisito Epi | |
| 9 | Yenaris Arpuer | 6273514 | 34 | X | | Centro | 3124 | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Ama de casa | Yenaris Arpuer | |
| 10 | Evangelis Gonzalez | 8671943 | 48 | X | | Centro | 3145 | X | | | | | | | | X | | | X | | | | | X | | Ama de casa | Evangelis G | |

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

Actividad: Estilos de vida Saludable con enfasis en actividad física, alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco Municipio: Maicao

Objetivo/ Tema: Informar sobre promoción de la actividad física alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco Lugar de ejecución de la actividad: Centro plaza Simon Bolivar

Dirigida por: Ninfa Villero Fecha: 21/04/2026 Hora de Inicio: 08:00 am Hora de Finalización: 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDÍGENA | AFRODESCEN | VÍCTIMA | DISC | ADULTO MAYOR | LGTBIQA+ | OTRO | MIGRANTE | AFILIACIÓN A SGSS CONTRIBUTIVO | SUBSIDIADO | NO AFILIADO | ESCOLARIDAD SIN ESTUDIOS | PRIMARIA | SECUNDARIA | TÉCNICOS | UNIVERSITARIO | Profesión u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Bolivar Nava | 7604276 | 49 | | X | Centro | 3218053 | X | | | | | | | | X | | X | | | | X | | | | Comerciante | Bolivar Nava | |
| 2 | Jesika Nava | 6091006 | 63 | X | | Centro | 3218 | X | | | | | X | | | X | | X | | | X | | | | | Ama de casa | Jesika Nava | |
| 3 | Alvaro Urdaneta | 6038966 | 60 | | X | Centro | 3202 | X | | | | | X | | | X | | X | | | X | | | | | Comerciante | Alvaro Urdaneta | |
| 4 | Alirio Nava | 7073364 | 44 | | X | Centro | 3144 | X | | | | | | | | X | | X | | | | X | | | | Comerciante | Alirio Nava | |
| 5 | Glexi Barros | 3988513 | 32 | X | | Centro | 3126 | X | | | | | | | | X | | X | | | | | X | | | Ama de casa | Glexi Barros | |
| | Raul Martel | 3945315 | 41 | | X | Centro | 3122 | X | | | | | | | | X | | X | | | | X | | | | Comerciante | Raul Martel | |
| 7 | Ana Villegas | 4204647 | 33 | | X | Centro | no tiene | X | | | | | | | | X | | X | | | | X | | | | Ama de casa | Ana Villegas | |
| 8 | Yordi Gonzalez | 6035949 | 20 | | X | Centro | 3142 | X | | | | | | | | X | | X | | | | | X | | | Comerciante | yordi gonzalez | |
| 9 | David Palmar | 3068931 | 19 | | X | Centro | 3052 | X | | | | | | | | X | | X | | | | | X | | | Comerciante | David Palmar | |
| 10 | Andri Nava | 3439825 | 19 | | X | Centro | 3201 | X | | | | | | | | X | | X | | | | | X | | | Comerciante | Andri Nava | |

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

**Actividad:** Estilos de vida saludable con enfasis en actividad física, alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco — **Municipio:** Maicao.

**Objetivo/ Tema:** Informar sobre promoción de la actividad física, alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco — **Lugar de ejecución de la actividad:** Centro plaza Simon Bolivar

**Dirigida por:** Yenifer Villero — **Fecha:** 21/04/2026 — **Hora de Inicio:** 08:00 am — **Hora de Finalización:** 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDIGENA | AFRODESCEN. | VICTIMA | DISC. | ADULTO MAYOR | LGTBIQ+ | OTRO | AFILIACIÓN A SGSS MIGRANTE | CONTRIBUTIVO | SUBSIDIADO | NO AFILIADO | ESCOLARIDAD SIN ESTUDIOS | PRIMARIA | SECUNDARIA | TECNICO | UNIVERSITARIO | Profesión u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Francisco Cesar | 84049025 | 73 | | X | Centro | 300 [illegible] | X | | | | | | X | | | | | X | | X | | | | | Comerciante | Francisco Cesar | |
| 2 | Erika Uriana | 1299310 | 53 | X | | Centro | 310 384 2404 | X | | X | | | | | | | X | | X | | X | | | | | Ama de casa | Erika Uriana | |
| 3 | Yenifer Villero | 1234691 | 18 | | X | Centro | 321 [illegible] | X | | X | | | | | | | X | | X | | | | X | | | Comerciante | Yenifer Villero | |
| 4 | Viviana Epieyu | 56032442 | 47 | X | | Centro | 321 [illegible] | X | | X | | | | | | | | | X | | | X | | | | Ama de casa | Viviana Epieyu | |
| 5 | Kelly Atencio | 57229209 | 28 | X | | Centro | 310 [illegible] | X | | | | | | | | | X | | X | | | X | | | | Ama de casa | Kelly Atencio | |
| | Shellen Gonzalez | 7192115 | 28 | | X | Centro | 314 [illegible] | X | | | | | | | | | X | | X | | | X | | | | Comerciante | Shellen Gonzalez | |
| 7 | Divia Atencio | 1294545152 | 36 | X | | Centro | 314 [illegible] | X | | | | | | | | | X | | X | | | X | | | | Ama de casa | Divia Atencio | |
| 8 | Demer Epieyu | 1124033193 | 37 | | X | Centro | 300 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Demer Epieyu | |
| 9 | Ana Gonzalez | 33300293 | 55 | X | | Centro | 314 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | X | | | | | Ama de casa | Ana Gonzalez | |
| 10 | Jaider Velasquez | 17901049 | 43 | | X | Centro | 321 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Jaider Velasquez | |

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

**Actividad:** Estilos de vida saludable con enfasis en actividad física, alimentación saludable, no consumo de alcohol y tabaco — **Municipio:** Maicao

**Objetivo/ Tema:** Informar sobre Promoción de la actividad física, alimentación saludable no consumo de alcohol y tabaco — **Lugar de ejecución de la actividad:** Centro plaza Simon Bolivar.

**Dirigida por:** Yenifer Villero — **Fecha:** 21/04/2026 — **Hora de Inicio:** 08:00 am — **Hora de Finalización:** 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDIGENA | AFRODESCEN. | VICTIMA | DISC. | ADULTO MAYOR | LGTBIQ+ | OTRO | AFILIACIÓN A SGSS MIGRANTE | CONTRIBUTIVO | SUBSIDIADO | NO AFILIADO | ESCOLARIDAD SIN ESTUDIOS | PRIMARIA | SECUNDARIA | TECNICO | UNIVERSITARIO | Profesión u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Jaider Velasquez | 1123991193 | 23 | | X | Centro | 321 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Jaider Velasquez | |
| 2 | Andres Velasquez | 1121534241 | 19 | | X | Centro | 310 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Andres Velasquez | |
| 3 | Rita Vasquez | 45301472 | 55 | X | | Centro | 321 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | X | | | | | Ama de casa | Rita Vasquez | |
| 4 | Martin Amaiado | 1123405641 | 18 | | X | Centro | 310 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Martin Amaiado | |
| 5 | Elisabeth Jugo | 65581484 | 29 | X | | Centro | 300 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Ama de casa | Elisabeth Jugo | |
| | Luis Espibel | 73260542 | 41 | | X | Centro | 321 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | X | | | | Comerciante | Luis Espibel | |
| 7 | Stefano Fernandez | 58333 32 | 20 | X | | Centro | 321 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Ama de casa | Stefano Fernandez | |
| 8 | Thany Nava | 999967 | 27 | | X | Centro | 321 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Thany Nava | |
| 9 | Karelis Uzcategui | 54455101 | 36 | X | | Centro | 310 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Ama de casa | Karelis Uzcategui | |
| 10 | Jhon Uzcategui | 5484882 | 32 | | X | Centro | 314 [illegible] | X | | | | | | | | X | | | X | | | | X | | | Comerciante | Jhon Uzcategui | |

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

| | |
|---|---|
| **Actividad:** Promoción de la actividad física y alimentación saludable | |
| **Fecha de ejecución:** 21/04/2026 | **Micro territorio/Comunidad:** Simon Bolivar- Plaza Centro |
|  |  |
|  |  |

- **DIA 2**

**Lugar:** Comunidad Okulemana
**Hora:** 08:00 AM
**Fecha:** 22/04/2026

**Tema**: Estilos De Vida Saludables Con Énfasis En Actividad Física, Alimentación Saludable, No Consumo De Alcohol Y Tabaco.

El 22 de abril de 2026, en el marco de la estrategia de promoción de la salud y prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, se desarrolló una jornada educativa sobre Semana de Estilos de Vida Saludable en la comunidad rural de Okulemana, jurisdicción del municipio de Maicao, con el propósito de fortalecer hábitos saludables relacionados con la alimentación balanceada, la práctica regular de actividad física y la prevención del consumo de alcohol, tabaco, cigarrillos electrónicos y vapeadores, contribuyendo así a la disminución de factores de riesgo asociados a enfermedades cardiovasculares y diabetes.

Es importante resaltar que, previo a la ejecución de la actividad, se realizaron de manera anticipada las respectivas concertaciones con la comunidad y sus líderes, obteniéndose la autorización correspondiente para el desarrollo de la jornada, garantizando el respeto por las dinámicas propias del territorio y la participación comunitaria.

Una vez en la comunidad, el equipo inició la jornada brindando información educativa a los asistentes sobre la importancia de adoptar estilos de vida saludables como medida preventiva para conservar el bienestar físico y emocional. Durante la orientación se abordaron temas relacionados con el consumo de alimentos saludables, incremento de la actividad física diaria, adecuada hidratación y la necesidad de evitar hábitos nocivos como el tabaquismo, el uso de cigarrillos electrónicos y vapeadores, así como el consumo excesivo de alcohol. Así mismo, se explicó que los cigarrillos electrónicos y vapeadores contienen sustancias químicas y nicotina que pueden generar dependencia y afectar gravemente la salud respiratoria y cardiovascular, especialmente en adolescentes y jóvenes.

Durante el abordaje de esta temática, se pudo percibir en la comunidad de Okulemana falta de conocimiento y asombro frente al uso nocivo de cigarrillos electrónicos y vapeadores. Algunos participantes manifestaron expresiones como: “ya el mismo hombre está creando aparatos para matarnos nosotros mismos”, reflejando preocupación e impacto frente a la información socializada. De igual manera, varios asistentes indicaron que dentro de su comunidad aún no han evidenciado la presencia o uso de este tipo de dispositivos; sin embargo, manifestaron la importancia de mantenerse atentos para prevenir que estas prácticas lleguen a afectar a niños, adolescentes y jóvenes de su territorio.

Posteriormente, y contando con el consentimiento de los presentes, quienes manifestaron sentirse cómodos con el desarrollo de la actividad, se dio inicio a una sesión de rumba terapia como estrategia lúdica y recreativa para incentivar el movimiento corporal y la actividad física comunitaria. Cabe destacar la excelente disposición de la población participante, quienes con sus vestimentas

tradicionales propias de la cultura participaron activamente, demostrando apropiación, entusiasmo y compromiso con la jornada.

Para la ejecución de esta actividad se contó con el apoyo de un instructor designado por la Oficina de Deportes del municipio de Maicao, quien lideró la sesión mediante ejercicios dinámicos y rutinas musicales adaptadas al contexto comunitario, promoviendo espacios de integración, recreación y autocuidado.

Durante el desarrollo de la actividad, miembros de la comunidad de Okulemana manifestaron que, culturalmente, no conviven de manera frecuente con el sedentarismo, debido a que desde temprana edad realizan actividades cotidianas que implican constante movimiento físico, tales como caminatas durante el pastoreo, búsqueda de animales y recorridos de largas distancias para el transporte y recolección de agua. Asimismo, expresaron que era la primera vez que evidenciaban la presencia de personal de la Dirección de Deportes y Recreación en su comunidad, resaltando la importancia de continuar fortaleciendo este tipo de intervenciones recreativas y deportivas en el territorio.

De igual manera, algunos asistentes señalaron la necesidad de implementar actividades enfocadas especialmente en niños y adolescentes, promoviendo espacios donde se rescaten y fortalezcan prácticas tradicionales, juegos autóctonos y dinámicas recreativas propias de la cultura Wayuu, como estrategia para fomentar hábitos saludables y la integración comunitaria desde edades tempranas. La comunidad agradeció el espacio brindado, manifestando que la jornada fue recibida de manera positiva por todos los miembros participantes, quienes destacaron la importancia de generar este tipo de encuentros comunitarios que fortalecen tanto la salud física como la convivencia e identidad cultural.

Durante la intervención se reforzó el mensaje central de la jornada: “Cuida tu corazón, vive más y mejor”, motivando a la comunidad a incorporar prácticas saludables en su vida cotidiana y reconociendo la importancia del ejercicio físico como herramienta para prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida.

La actividad desarrollada en la comunidad de Okulemana permitió fortalecer la educación en salud desde un enfoque intercultural, respetando las costumbres locales y promoviendo la participación activa de la población rural del municipio de Maicao.

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

| Acta No. 02 | Fecha: 22/04/2026 |
|---|---|

| | | |
|---|---|---|
| Departamento: La Guajira | Municipio: Maicao | |
| Lugar: Comunidad Okulemana. | Hora de Inicio: 08:00am | Hora de Finalización: 10:00 am |
| Dimensión / Dependencia: Vida Saludable y Condiciones Cronicas no Transmisible | | |
| Objetivo: Informar sobre promoción de la actividad física, alimentación saludable, no Consumo de alcohol y tabaco. | | |
| Responsable(s): Nirta Villero | | |

**Componente:**

1. Asistencia tecnica [1] ☐
   Capacitación ☐
   Acompañamiento y Cooperación Técnica ☐
   Asesoría ☐
2. Reunión[2] ☒
3. Otro. ☐ ¿Cuál? Socialización

**Asistentes: Se anexa Lista de Asistencia**

**Orden del día - Puntos a tratar:**

1. Presentación del PIC Departamental
2. Desarrollo de la actividad
3. Rumbaterapia
4. Despedida y agradecimientos
5.

**Desarrollo**

La jornada dio inicio en la Comunidad Okulemana Con un Calido Saludo a los asistentes, quienes se mostraron receptivos y participativos desde el primer momento. Se procedio con las

[1] Asistencia técnica: defina qué tipo de asistencia técnica realizo: Proceso de capacitación, asesoría y acompañamiento.
[2] Reunión: defina qué tipo de reunión Realizo: Actividades de articulación, gestión, abogacia, socialización, etc.



Dirección: Calle 1ª6-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Charlas educativas, donde se abordaron temas fundamentales sobre la importancia de la actividad física en el mantenimiento de la salud y la prevención de enfermedades.
Posteriormente, se compartio una charla sobre alimentacion saludable, resaltando la necesidad de incorporar buenos habitos alimenticios en la dieta diaria de las familias de Okulemana. Se ofrecieron ejemplos practicos y senallos para facilitar la compresión y la aplicación de estas recomendaciones.
Como complemento a las charlas teoricas, se llevo a cabo una sesion de actividad fisica practica de aerobicos. esta actividad fue dirigida de manera excepcional por el profesor Raul Rojano quien fue enviado por la Secretaria de . . y Depate demostrando su compromiso y Conocimiento en la promoción de Vida Saludable. los Miembros de la comunidad de diversas edades, participaron activamente, disfrutando de los ejercicios y el ambiente de



Dirección: Calle 1ª6-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

energía generado.
Se abrió un espacio para preguntas y comentarios, donde la comunidad expreso sus inquietudes y agradecio la iniciativa demostrando un claro interes en la continuación de este tipo de actividades.



Dirección: Calle 186-05 | Línea de Atención: (+57) 605 727 - 98 16 Ext 259 | contactenos@laguajira.gov.co
Centro Administrativo Departamental | Riohacha - La Guajira

| | | | |
|---|---|---|---|
| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-AAT-125 |
| FORMATO | Acta de Asistencia Técnica, Capacitación, Acompañamiento, Asesoría y Reunión | Versión | 01 |
| | | Fecha | 20/05/2024 |

Compromisos:

| NÚMERO | COMPROMISOS | NOMBRE DEL RESPONSABLE | ENTIDAD | CARGO | FECHA DE CUMPLIMIENTO |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | | |
| 2 | | | | | |
| 3 | | | | | |

Nuffas Villero C.
Cargo. Enfermera PIC Rpetal

Nota: se anexa listado de asistencia

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

**Actividad:** Estilos de vida Saludable con enfasis en actividad Fisica, alimentacion Saludable, no Consumo de alcohol y Tabaco — **Municipio:** Maicao

**Objetivo/ Tema:** Informar Sobre Importancia de la actividad Fisica alimentacion saludable, no consumo de alcohol Tabaco — **Lugar de ejecución de la actividad:** Comunidad Okulemana

**Dirigida por:** Nilfas Villero — **Fecha:** 22/04/2026 — **Hora de Inicio:** 08:00 am — **Hora de Finalización:** 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDIGENA | AFRODESCEN | VICTIMA | DISC | ADULTO MAYOR | LGTBIQ+ | OTRO | MIGRANTE | AFILIACIÓN A SGSS CONTRIBUTIVO | SUBSIDIADO | NO AFILIADO | ESCOLARIDAD SIN ESTUDIOS | PRIMARIA | SECUNDARIA | TECNICO | UNIVERSITARIO | Profesión u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Jonathan Suarez | 3357102 | 39 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | | x | | x | | | x | | | | Ama de casa | Jonathan Suarez | |
| 2 | Yazmin Badilla | 8734304 | 40 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | | x | | x | | | x | | | | Ama de casa | Yazmin Badilla | |
| 3 | Edwimar Lopez | 3440114 | 50 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | | x | | x | | | x | | | | | Edwimar Lopez | |
| 4 | Maria Epieyu | 1192806973 | 30 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | | | x | | | | x | | | Ama de casa | Maria epieyu | |
| 5 | Germania Ariza | 26986446 | 36 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | | x | | x | | | | x | | | Ama de casa | germania Ariza | |
| | Genesis Lugo | 5731111 | 50 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | | x | | x | | | x | | | | Ama de casa | Genesis Lugo | |
| 7 | Alida Gomez | 6495217 | 48 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | | x | | x | | x | | | | | Ama de casa | Alida Gomez | |
| 8 | Wendy Ramirez | 49760779 | 28 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | x | | x | | | | x | | | Ama de casa | Wendy Ramirez | |
| 9 | Yicith Ramirez | 1120547157 | 44 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | x | | x | | | x | | | | Ama de casa | Yicith Ramirez | |
| 10 | Jesus Gil | 1.894.042 | 38 | | x | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | x | | x | | | | x | | | Comerciante | Jesus Gil | |

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

**Actividad:** Estilos de Vida Saludable con enfasis en actividad Fisica, alimentacion Saludable, no Consumo de alcohol y Tabaco — **Municipio:** Maicao

**Objetivo/ Tema:** Informar Sobre Importancia de la actividad Fisica alimentacion saludable, no consumo de alcohol y tabaco — **Lugar de ejecución de la actividad:** Comunidad Okulemana

**Dirigida por:** Nilfas Villero — **Fecha:** 22/04/2026 — **Hora de Inicio:** 08:00 am — **Hora de Finalización:** 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDIGENA | AFRODESCEN | VICTIMA | DISC | ADULTO MAYOR | LGTBIQ+ | OTRO | MIGRANTE | AFILIACIÓN A SGSS CONTRIBUTIVO | SUBSIDIADO | NO AFILIADO | ESCOLARIDAD SIN ESTUDIOS | PRIMARIA | SECUNDARIA | TECNICO | UNIVERSITARIO | Profesion u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Olga Uriana | 40977319 | 68 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | x | | | | | x | | x | | | | | Ama de casa | Olga U | |
| 2 | Leticia Fernandez | 26992880 | 36 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | | | x | | | x | | | | Ama de casa | Leticia Fernandez | |
| 3 | William Pushaina | 84070521 | 54 | | x | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | | | x | | x | | | | | Comerciante | William | |
| 4 | Aurora Polanco | 39054730 | 54 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | | | x | | x | | | | | Ama de casa | Aurora P. | |
| 5 | Yorilet Perez | 54324147 | 33 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | x | | | x | | | | x | | | Ama de casa | Yorilet Perez | |
| | Luz ojeda | 68250734 | 33 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | x | | | x | | | | x | | | Ama de casa | Luz ojeda | |
| 7 | Yeneireth Vivas | 24605704 | 60 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | x | | | | | x | | x | | | | | Ama de casa | yeneireth vivas | |
| 8 | Liliana Pushaina | 1006244105 | 24 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | | | x | | | | x | | | Ama de casa | Liliana P. | |
| 9 | Edith Gonzalez | 1114488383 | 32 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | x | | | | | | | | | x | | | x | | | | Ama de casa | Edith Gonzalez | |
| 10 | Yomary Suarez | 40847647 | 40 | x | | Comunidad Okulemana | 3042298508 | | x | | | | | | | x | | | x | | | | x | | | Ama de casa | Yomary S. | |

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

**Actividad:** Estilos de vida Saludable con enfasis en actividad Fisica, alimentacion Saludable, no Consumo de alcohol y Tabaco — **Municipio:** Maicao

**Objetivo/ Tema:** Informar sobre Promocion de la actividad Fisica alimentacion Saludable, no consumo de alcohol y tabaco — **Lugar de ejecución de la actividad:** Comunidad akulemana

**Dirigida por:** Ninfas Villero — **Fecha:** 22/04/2026 — **Hora de Inicio:** 08:00 am — **Hora de Finalización:** 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDIGENA | ENFOQUE DIFERENCIAL AFRODESCEN. | ENFOQUE DIFERENCIAL VICTIMA | ENFOQUE DIFERENCIAL DISC | ENFOQUE DIFERENCIAL ADULTO MAYOR | ENFOQUE DIFERENCIAL LGTBIQA+ | ENFOQUE DIFERENCIAL OTRO | ENFOQUE DIFERENCIAL MIGRANTE | AFILIACIÓN A SGSSS CONTRIBUTIVO | AFILIACIÓN A SGSSS SUBSIDIADO | AFILIACIÓN A SGSSS NO AFILIADO | ESCOLARIDAD NINGUNO | ESCOLARIDAD PRIMARIA | ESCOLARIDAD SECUNDARIA | ESCOLARIDAD TECNICO | ESCOLARIDAD UNIVERSITARIO | Profesión u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Yenifer Gonzalez | 56 59 326 | 37 | + | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | | | | | | | | | + | | + | | | | x | | | Amadeus | Yenifer | |
| 2 | Denis Rodriguez | 1192751217 | 37 | | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | x | | | | | | | | | + | | | | x | | | Amadeus | David | |
| 3 | Ana Palmar | 1140375096 | 29 | + | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | x | | | | | | | | | + | | | + | | | | Amadeus | Ana | |
| 4 | Alandida Epieyu | 4975143 | 57 | + | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | x | | | | | | | | | + | | x | | | | | Amadeus | Alandida | |
| 5 | Francisco Pushaina | 1123379996 | 41 | | + | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | + | | | | | | | | | + | | | + | | | | Comunidad | Francisco P. | |
| | Audio Uriapiyu | 1123361643 | 39 | | + | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | x | | | | | | | | | + | | | + | | | | Comunidad | Audio U. | |
| 7 | Yohemi Epieyu | 1140983494 | 65 | + | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | x | | | | x | | | | | + | | x | | | | | Amadeus | Yohemi E. | |
| 8 | Carlos Uriapiyu | 1140415328 | 65 | | + | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | + | | | | x | | | | | + | | x | | | | | Comunidad | Carlos | |
| 9 | Adelaida Paz | 1123361663 | 31 | + | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | x | | | | | | | | | + | | + | | | | | Amadeus | Adelaida | |
| 10 | Graciela Paz | 1124085197 | 19 | + | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | + | x | | | | | | | | | + | | | | | + | | Amadeus | Graciela Paz | |

| PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-LAP-126 |
|---|---|---|---|
| FORMATO | Listado de Asistencia Población General | Versión | 01 |
| | | Fecha | 24/05/2024 |

**Actividad:** Estilos de vida Saludable con enfasis en actividad Fisica, alimentacion Saludable, no Consumo de alcohol y Tabaco — **Municipio:** Maicao

**Objetivo/ Tema:** Informar sobre Promocion de la actividad Fisica alimentacion Saludable, no consumo de alcohol y tabaco — **Lugar de ejecución de la actividad:** Comunidad akulemana

**Dirigida por:** Ninfas Villero — **Fecha:** 22/04/2026 — **Hora de Inicio:** 08:00 am — **Hora de Finalización:** 10:00 am

| No | Nombre | Identificación | Edad | SEXO F | SEXO M | Dirección | Teléfono | ZONA URBANO | ZONA RURAL | ENFOQUE DIFERENCIAL INDIGENA | ENFOQUE DIFERENCIAL AFRODESCEN. | ENFOQUE DIFERENCIAL VICTIMA | ENFOQUE DIFERENCIAL DISC | ENFOQUE DIFERENCIAL ADULTO MAYOR | ENFOQUE DIFERENCIAL LGTBIQA+ | ENFOQUE DIFERENCIAL OTRO | ENFOQUE DIFERENCIAL MIGRANTE | AFILIACIÓN A SGSSS CONTRIBUTIVO | AFILIACIÓN A SGSSS SUBSIDIADO | AFILIACIÓN A SGSSS NO AFILIADO | ESCOLARIDAD NINGUNO | ESCOLARIDAD PRIMARIA | ESCOLARIDAD SECUNDARIA | ESCOLARIDAD TECNICO | ESCOLARIDAD UNIVERSITARIO | Profesión u Ocupación | Firma | Huella |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Dafelis Campo | 1006996538 | 24 | ✓ | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | x | | | | x | | | | x | | | Amadeus | Dafelis Campo | |
| 2 | Wilderson Jego | 66005509 | 26 | | x | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | | x | | | x | | | | x | | | Comunidad | Wilderson J. | |
| 3 | Daifer Campo | 1124068926 | 28 | | x | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | x | | | | x | | | | | x | | Comunidad | Daifer C. | |
| 4 | Luz Jayariyu | 1123993600 | 23 | x | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | x | | | | | | | | | x | | | | | x | | Amadeus | Luz Jayariyu | |
| 5 | Yohana Acosta | 1123462886 | 22 | x | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | x | | | | x | | | | | x | | Amadeus | Yohana Acosta | |
| | Shanel Fandiño | 1124022992 | 18 | x | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | x | | | | x | | | | | x | | Amadeus | Shanel F. | |
| 7 | Yasmin Pinela | 3712414 | 36 | x | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | | x | | | x | | | x | | | | Amadeus | Yasmin Pinela | |
| 8 | Jhoan Campo | 3912542 | 42 | | x | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | | x | | | x | | | x | | | | Comunidad | Jhoan Campo | |
| 9 | Jhonairy Campo | 3912779 | 18 | x | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | | x | | | x | | | | x | | | Amadeus | Jhonairy C. | |
| 10 | Ruth peralta | 1004381699 | 36 | x | | Comunidad akulemana | 3012295208 | | x | | | | | | x | | | | x | | | x | | | | Amadeus | Ruth peralta | |

## EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

| | |
|---|---|
| **Actividad:** Promoción de la actividad física y alimentación saludable | |
| **Fecha de ejecución:** 22/04/2026 | **Micro territorio/Comunidad:** MT04- Comunidad Okulemana |
|  |  |
|  |  |

**EL SUSCRITO REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACIÓN AVANCES**
**NIT. 900328836-4**

**CERTIFICA**

Que durante el periodo comprendido del 01 al 30 de abril del año 2026 Se transmitieron en los diferentes horarios el servicio de cuña y perifoneo del Plan De Intervención Colectiva PIC DEPARTAMENTAL - 2026 para cumplir con el contrato interadministrativo No.CO1.PCCNTR.8561569 de 2026, suscrito entre la IPSI WAYUU TALATSHI y EL DEPARTAMENTO DE LA GUAJIRA, en lo que referente a las actividades del Plan De Intervención Colectiva - PIC 2026

Según el siguiente anexo:

**ANEXO No 1**

| ITEMS | DIMENSION |
|---|---|
| 1 | VIDA SALUDABLE Y ENFERMEDADES TRANSMISIBLES CRONICAS NO TRANSMISIBLES (ESTILO DE VIDA SALUDABLE) |

Para constancia se firma en Maicao, Departamento de La Guajira a los veintisiete (27) días del mes de abril del año dos mil veintiséis (2026).

Atentamente,

**ALEXIS BRITO GRANADILLO.**
Representante Legal
Avance Estereo

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | PROCESO | ADMINISTRACIÓN DEL SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN INSTITUCIONAL | Código | FOR-RDP-123 |
| | FORMATO | REGISTRO DE PERIFONEO | Versión | 01 |
| | | | Fecha | Mayo 24/2024 |

ACTIVIDAD: Estilos de vida Saludable, Actividad Física SECTORIAL: ECNT

| FECHA | BARRIO O COMUNIDAD PERIFONEADA | NOMBRE Y APELLIDOS DEL CONDUCTOR QUE REALIZA EL PERIFONEO | NÚMERO CEDULA | FIRMA |
|---|---|---|---|---|
| 20-04-26 | Simón Bolívar – Plaza Central | Leiver Ortega Solano | 1124030231 | Leiver Ortega S |
| 21-04-26 | Simón Bolívar – Plaza Central | Leiver ortega Solano | 1124030231 | Leiver Ortega. S |
| 22-04-26 | Divisionales – Plaza Central | Leiver ortega Solano | 1124030231 | Leiver ortega. S |

## REGISTROS FOTOGRAFICOS DE PERIFONEOS



Fecha: 20 y 21 de abril
Lugar: Simón Bolívar – Plaza Central
Actividad: Perifoneo de actividad física



Fecha: 20 y 21 de abril
Lugar: Simón Bolívar – Plaza Central
Actividad: Perifoneo de actividad física



Fecha: 22 de abril
Lugar: Comunidad Okulemana
Actividad: Perifoneo de actividad física



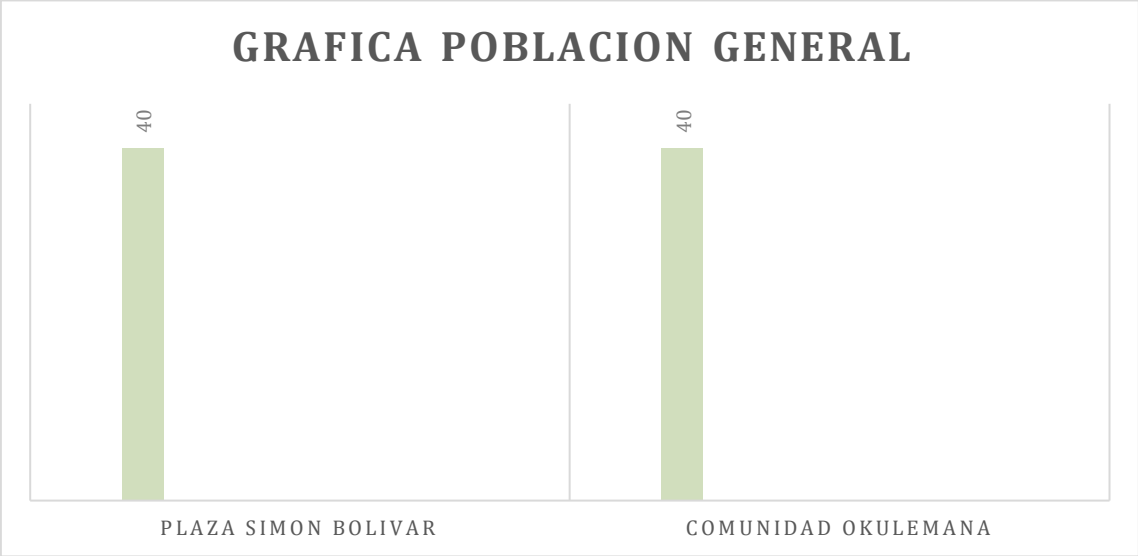
Fecha: 22 de abril
Lugar: Comunidad Okulemana
Actividad: Perifoneo de actividad física

## 3. Análisis de la información

**Tablas:**

### 3.1 Población general

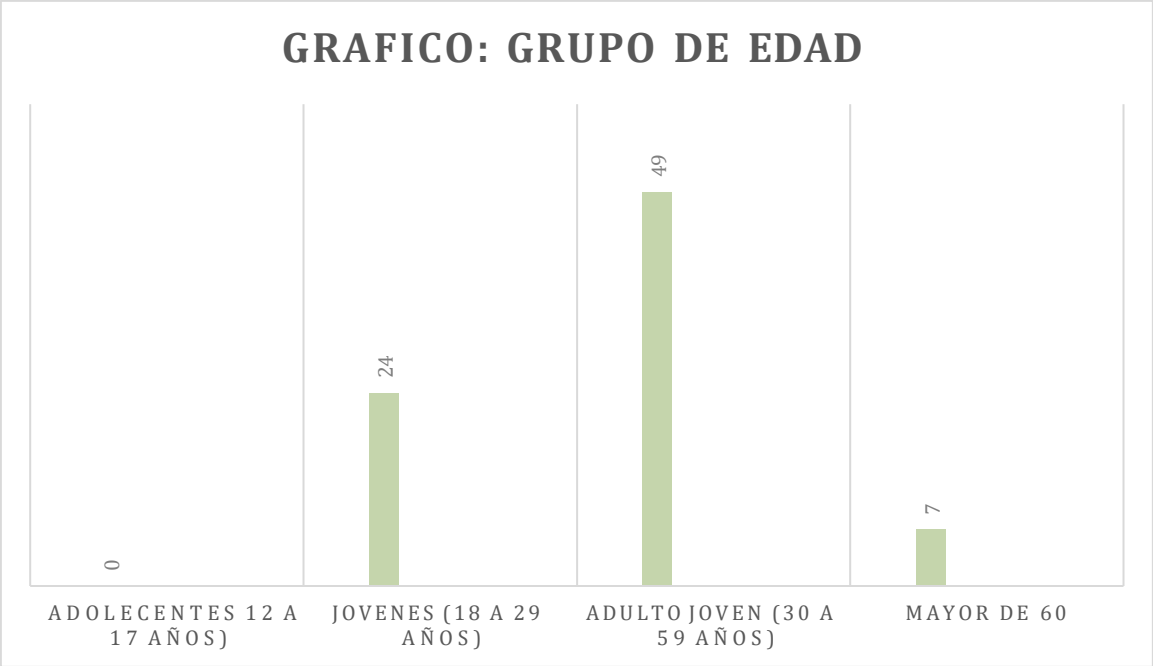
| Territorio | Micro Territorio | Cantidad |
|---|---|---|
| Comuna 1 | MT01 Centro – Plaza Simón Bolívar | 40 |
| T: 26 | MT04 Comunidad Okulemana | 40 |
| **Total** | | **80** |




**ANALISIS:** Del total de la población beneficiada con las jornadas de actividad física, el 50% correspondió a participantes intervenidos en la Plaza Simón Bolívar y el 50% restante a la población de la comunidad de Okulemana, evidenciando una distribución equitativa de la cobertura alcanzada durante el desarrollo de las actividades.

### 3.2 Distribución por grupo de edad (curso de vida)

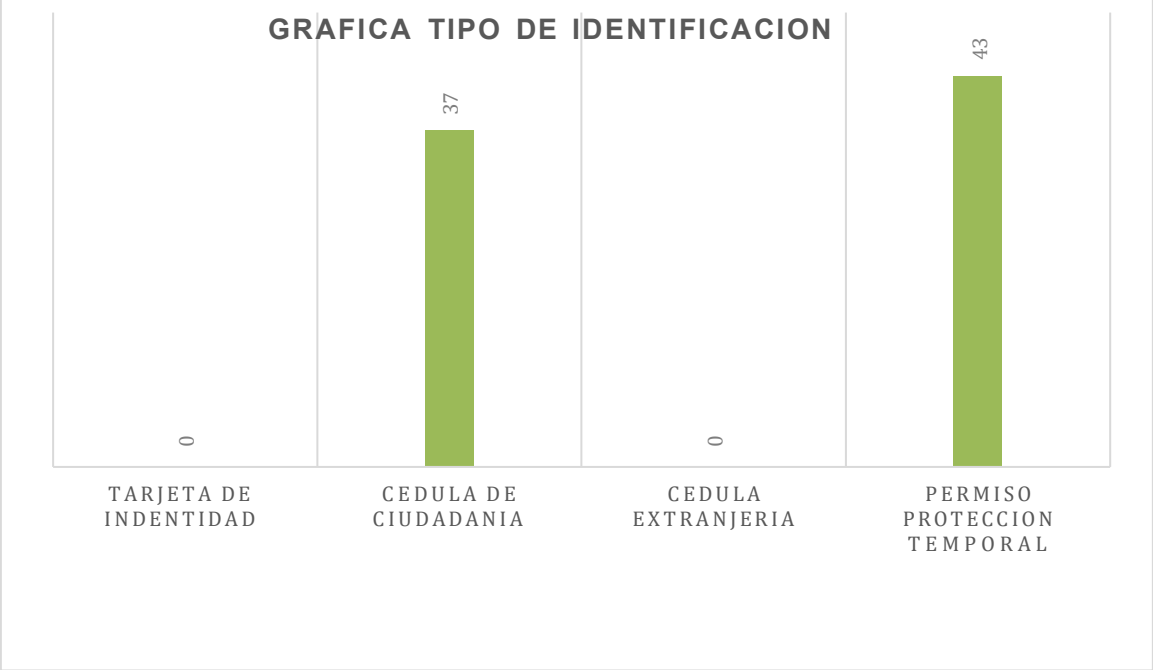
| Grupo de edad | Cantidad |
|---|---|
| Adolescentes (12- 17 años) | 0 |
| Jóvenes (18 a 29 años) | 24 |
| Adulto Joven (30 a 59 años) | 49 |
| Mayor de 60 | 7 |
| **Total** | **80** |




**ANALISIS:** Del total de la población en 46.45% son adulto joven y presentan una edad entre 30 y 59 años, seguido de un 28.72% de la población adolescente en las edades (12- 17 años) y un 16.31% de la población joven en las edades (30 a 59 años) 8.51% que son adultos mayores de 60 años y más.

### 3.3 Distribución por tipo de identificación

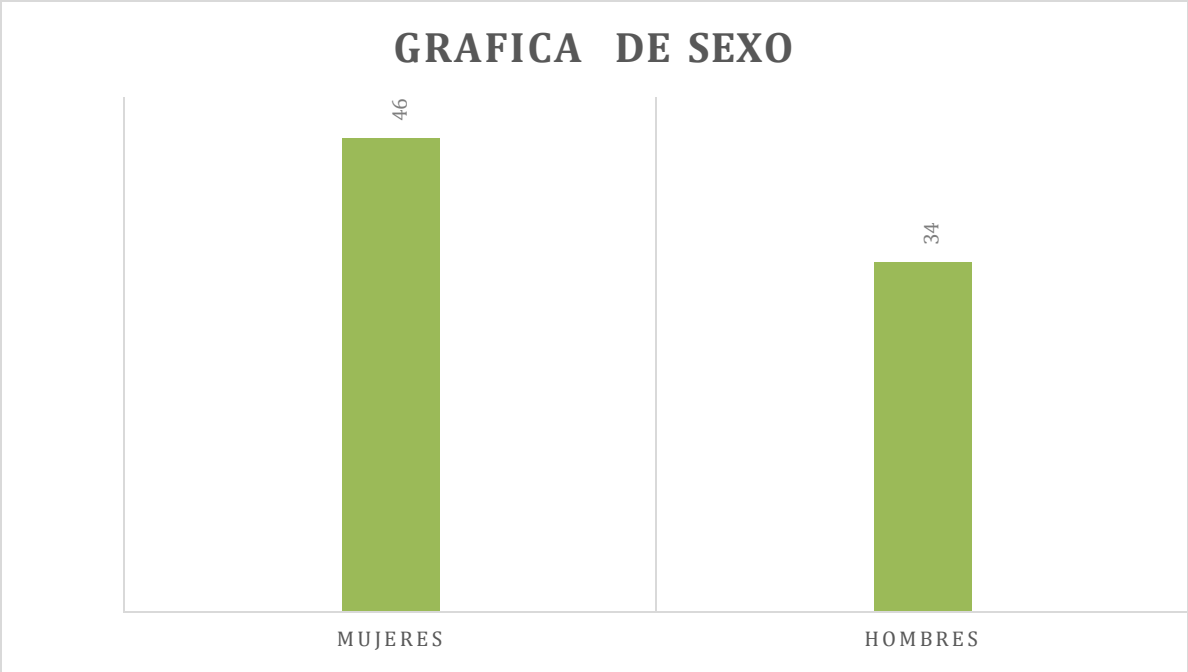
| Tipo de identificación | Cantidad |
|---|---|
| **Tarjeta De Identidad** | 0 |
| **Cedula De Ciudadanía** | 37 |
| **Cedula De Extranjería** | 0 |
| **Permiso Protección Temporal** | 43 |
| **Total** | **80** |




**ANALISIS:** El tipo de identificación con mayor frecuencia correspondió al Permiso por Protección Temporal, con 43 personas, equivalente al 53.75% del total, lo que evidencia una importante asistencia de población migrante regularizada. En segundo lugar, se encontró la cédula de ciudadanía con 37 participantes, representando el 46.25%, reflejando también una significativa participación de población nacional.

### 3.4 Distribución de la población por sexo

| Sexo | Cantidad |
|---|---|
| **Mujeres** | 46 |
| **Hombres** | 34 |
| **Total** | **80** |

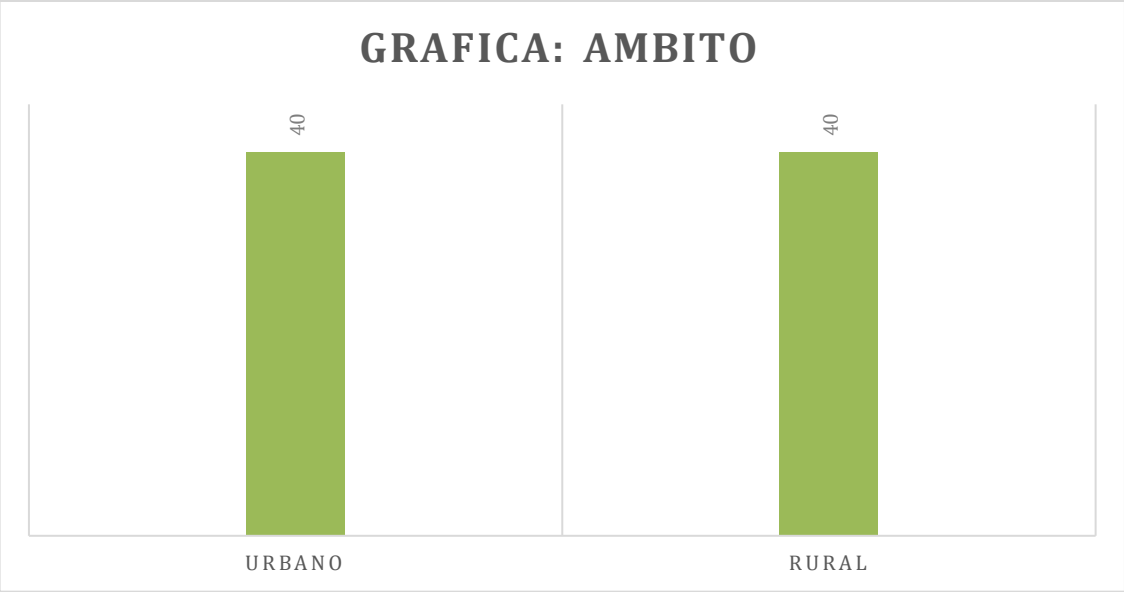



**ANALISIS:** Se registró una participación total de 80 asistentes. La mayor asistencia correspondió al sexo femenino, con 46 participantes, equivalente al 57.50% del total, lo que evidencia una mayor vinculación de las mujeres en este tipo de jornadas de promoción y prevención en salud.

Por su parte, la participación masculina fue de 34 asistentes, representando el 42.50% del total. Aunque en menor proporción, se observa una asistencia significativa de hombres, lo que refleja interés y apropiación frente a las acciones orientadas al fortalecimiento de hábitos saludables.

### 3.5 Distribución por ámbito

| Ámbito | Cantidad de población |
|---|---|
| URBANO | 40 |
| RURAL | 40 |
| **TOTAL** | **80** |

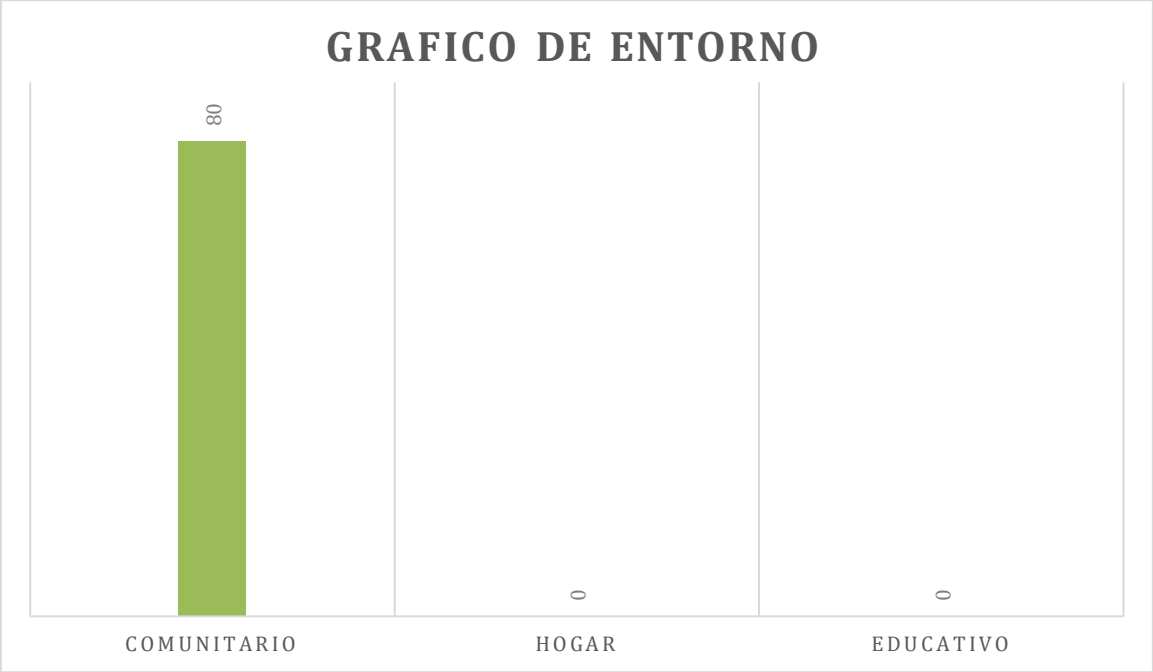



**ANALISIS:** Se registró una población total beneficiada de 80 participantes, distribuidos de manera equitativa entre los dos ámbitos de intervención. El sector urbano contó con 40 asistentes, equivalente al 50% del total, evidenciando una adecuada cobertura en zonas de mayor concentración poblacional.

De igual forma, en el ámbito rural se beneficiaron 40 participantes, correspondientes al 50%, lo que refleja una intervención balanceada y el cumplimiento de estrategias orientadas a garantizar acceso igualitario a las acciones de promoción de la salud en comunidades más dispersas.

### 3.6 Distribución por entorno

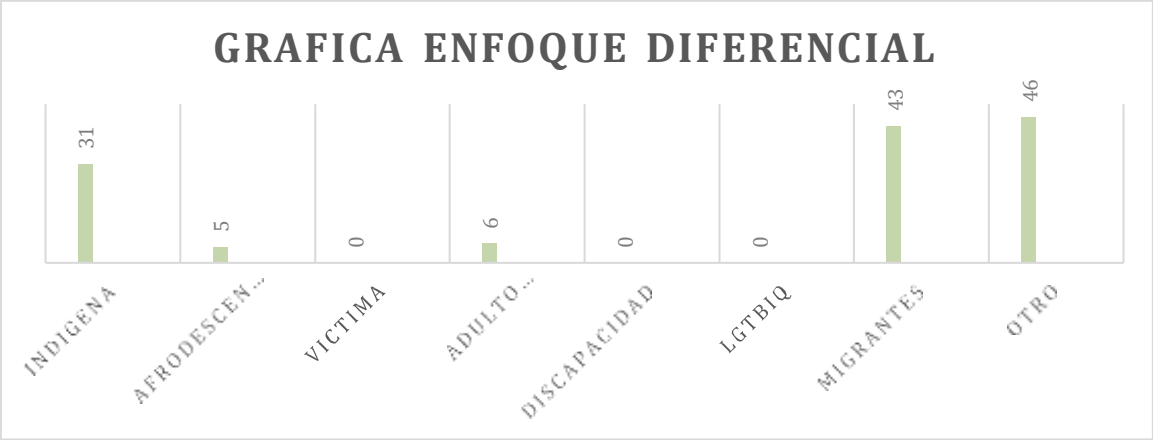
| Entorno | Cantidad |
|---|---|
| **Comunitario** | 80 |
| **hogar** | 0 |
| **Educativo** | 0 |
| **Total** | **80** |




**ANALISIS:** De acuerdo con la información unificada recolectada en la actividad de estilos de vida saludable, se registró una población total beneficiada de 80 participantes. En relación con el entorno de ejecución, se evidencia que la intervención se desarrolló en un 100% en el entorno comunitario, con la totalidad de los asistentes concentrados en este escenario, equivalente a 80 personas.

### 3.7 Distribución por enfoque diferencial

| Enfoque diferencial | Cantidad |
|---|---|
| Indígena | 31 |
| Afrodescendiente | 5 |
| Victima | 0 |
| Adulto Mayor | 6 |
| Discapacidad | 0 |
| LGTBIQ | 0 |
| Migrante | 43 |
| otros | 46 |
| **Total** | **131** |




**ANALISIS:** De acuerdo con la información unificada recolectada en la actividad de estilos de vida saludable desarrollada en el municipio de Maicao, se evidencia una importante diversidad poblacional desde el enfoque diferencial, coherente con las características multiculturales y pluriétnicas del territorio. Los registros muestran 31 participantes indígenas (23.66%), 5 afrodescendientes (3.82%), 6 adultos mayores (4.58%), 43 migrantes (32.82%) y 46 clasificados en otras categorías poblacionales (35.11%). No se reportaron personas víctimas del conflicto, con discapacidad ni pertenecientes a población LGTBIQ, correspondientes al 0%.

Es importante aclarar que el valor total de los enfoques diferenciales identificados difiere de la población total intervenida, debido a que una misma persona puede pertenecer simultáneamente a varias categorías, por ejemplo: usuarios indígenas que además son adultos mayores, población migrante con pertenencia étnica indígena, entre otras condiciones diferenciales. Por tal motivo, los registros no son excluyentes y pueden superponerse entre sí.

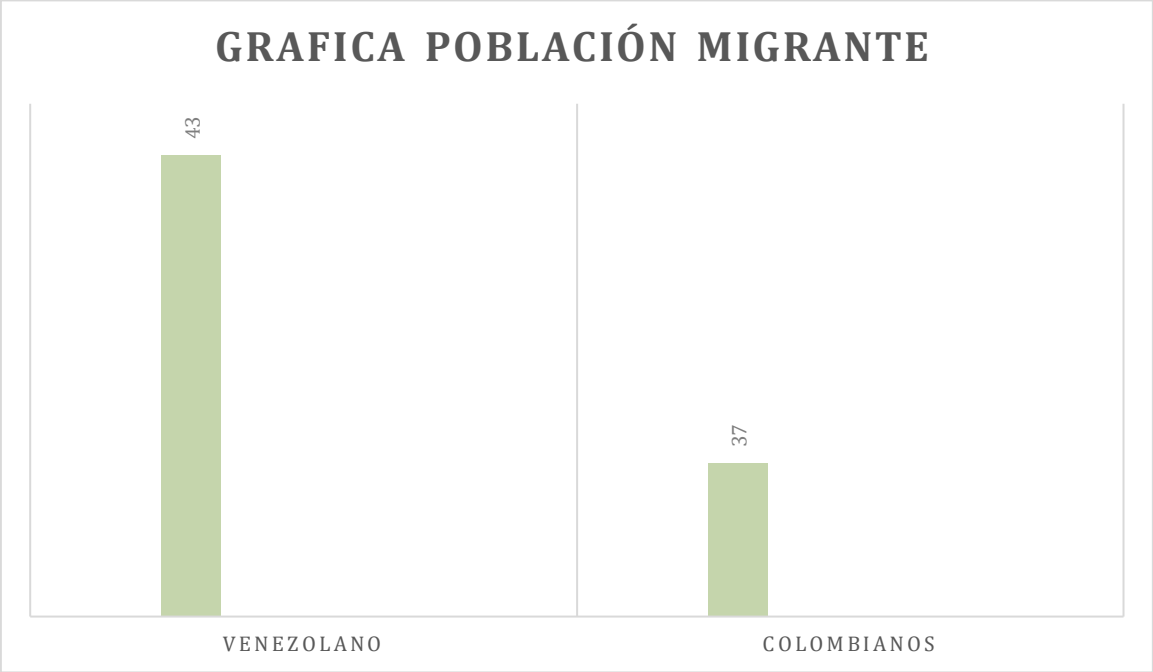
Se resalta la pertinencia cultural implementada durante la jornada, teniendo en cuenta que Maicao es un municipio reconocido por su diversidad étnica y cultural. En este sentido, para favorecer la comunicación y el acceso efectivo a la información, se empleó el dialecto Wayuunaiki con apoyo intercultural, facilitando la orientación a la población indígena Wayuu y fortaleciendo el respeto por sus usos, costumbres y tradiciones.

Asimismo, se reconoció y valoró la presencia de población afrodescendiente, promoviendo acciones con enfoque incluyente y respetuoso de sus prácticas culturales. En términos generales, la actividad evidenció una intervención ajustada al contexto multicultural de Maicao, garantizando atención

diferencial, inclusión social y acceso equitativo a las estrategias de promoción de estilos de vida saludable.

### 3.8 Distribución población migrante

| Enfoque diferencial | Cantidad |
|---|---|
| **Migrante** | 43 |
| **Colombianos** | 37 |
| **Total** | **80** |




**ANALISIS:** De un total de 80 personas registradas en la actividad, la población de origen venezolano representa el 53.75% (43 personas), mientras que la población colombiana constituye el 46.25% restante (37 personas).

### 3.9 Distribución según régimen de afiliación

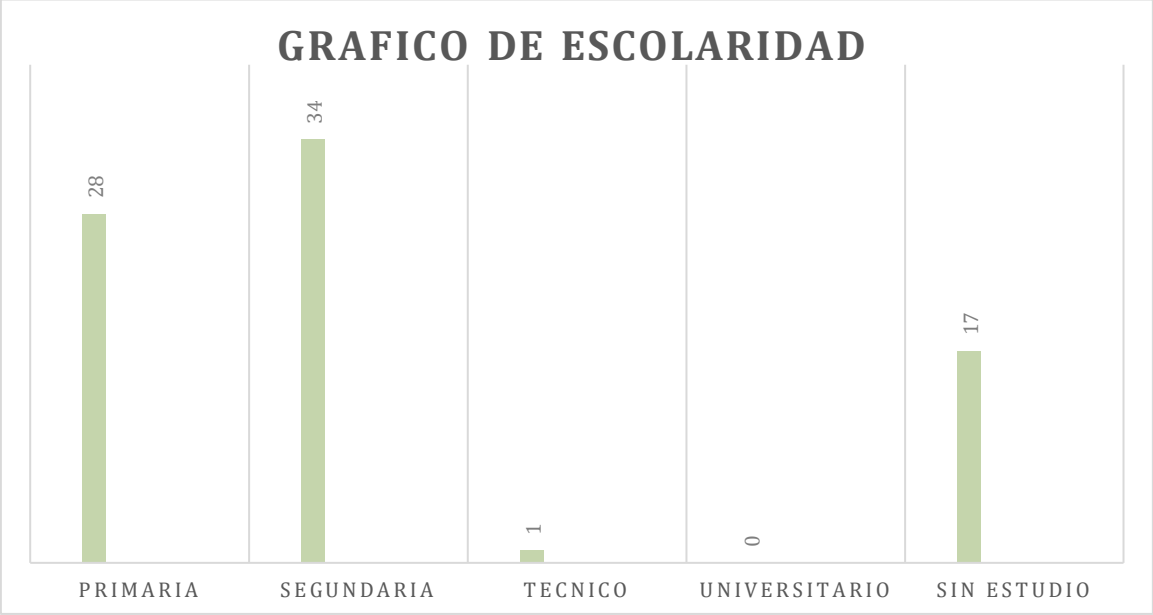
| Régimen de afiliación | Cantidad |
|---|---|
| Subsidiado | 80 |
| Contributivo | 0 |
| No afiliado | 0 |
| **Total** | **80** |




**ANALISIS:** Del total de la población atendida el 100% presenta afiliación en salud bajo el régimen subsidiado.

### 3.10 Distribución según escolaridad

| Escolaridad | Cantidad |
|---|---|
| **Primaria** | 28 |
| **Secundaria** | 34 |
| **Técnico** | 1 |
| **Universitario** | 0 |
| **sin estudios** | 17 |
| **Total** | **80** |




**ANALISIS:** Se evidencia que el nivel educativo predominante es el de secundaria, con un 42.5% (34 personas), seguido de cerca por el nivel de primaria, que representa el 35% (28 personas). Resulta preocupante observar que un 21.25% de los participantes (17 personas) se encuentran en la categoría de sin estudio, lo que indica una brecha educativa significativa.

Finalmente, la formación técnica es mínima con apenas un 1.25% (1 persona), mientras que el nivel universitario es inexistente (0%) en este grupo específico.

## 4 CONCLUSION

En conclusión, las jornadas desarrolladas en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas PIC Departamental 2026 permitieron fortalecer la promoción de estilos de vida saludables en el municipio de Maicao, logrando impactar de manera positiva a la población intervenida mediante estrategias educativas, recreativas y comunitarias enfocadas principalmente en la práctica regular de la actividad física como herramienta fundamental para la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles. Las actividades realizadas en la Plaza Simón Bolívar y en la comunidad indígena Okulemana favorecieron la participación activa de la comunidad tanto del área urbana como rural, incentivando hábitos saludables relacionados con el movimiento corporal, la alimentación balanceada y la disminución del sedentarismo. Asimismo, el desarrollo de jornadas de rumbaterapia, educación en salud y estrategias comunicativas como perifoneo y cuñas radiales permitió generar mayor sensibilización frente al autocuidado y bienestar integral. De igual manera, se destaca la implementación del enfoque diferencial e intercultural, especialmente con la población indígena Wayuu, garantizando espacios inclusivos y respetuosos de las dinámicas culturales del territorio. Finalmente, las acciones ejecutadas fortalecieron la articulación intersectorial y comunitaria, contribuyendo al cumplimiento de los objetivos planteados y promoviendo la apropiación de prácticas saludables que favorecen una mejor calidad de vida en la población beneficiada.

## 5. POBLACIÓN BENEFICIADA

| MUNICIPIO | No. de Hogares programados en el contrato de las intervenciones colectivas | No. de Hogares beneficiarios de las intervenciones colectivas del mes | No. de Hogares beneficiarios de las intervenciones colectivas del mes (acumulativo) | Porcentaje % de cumplimiento Hogar | No. de personas programadas en el contrato de las intervenciones colectivas. general | No. de personas beneficiadas con las intervenciones colectivas del mes | Porcentaje % de cumplimiento personas | ENTORNOS | | | | | Actividad | Barrios, comunidades, colegios | Fecha de ejecucion |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | numero de personas intervenidas en entorno HOGAR | numero de personas intervenidas en entorno EDUCATIVO | numero de personas intervenidas en entorno COMUNITARIO | numero de personas intervenidas en entorno INSTITUCIONAL | numero de personas intervenidas en entorno LABORAL | | | |
| MAICAO | 0 | 0 | 0 | 0% | 300 | 80 | 26% | 0 | 0 | 80 | 0 | 0 | Actividad Fisica | Centro-Plaza Simon Bolivar y Comunidad Okulemana | 21 y 22 de abril |

## 6. Notificación de casos (canalización)

No se realizó canalización

### 6.1. Matriz de consolidado de las canalizaciones

## 7. Se anexa base de datos de la población atendida

## II. ITEM FINANCIERO

| RUBRO EJECUTADO | DESCRIPCION (cantidad, perfil, descripciones de los gastos) | VALOR EJECUTADO |
|---|---|---|
| Talento Humano | • Profesional de Salud | $ 515.729,63 |
| | • Auxiliar de Enfermería | 197.850,40 |
| | • Coordinador PIC | 114.544,97 |
| Transporte | • Vehículo | 98.605,58 |
| Insumos, Material Infográfico Y Medios De Comunicación | • Pendón<br>• Folletos<br>• Acta de actividades<br>• Listados de asistencia<br>• Acta de concertación<br>• Huelleros<br>• Carpetas<br>• Lapiceros<br>• Cuña radial<br>• Perifoneo | 73.269,42 |
| **VALOR TOTAL USADO PARA LA REALIZACION DE LA ACTIVIDAD** | | **$ 1.000.000,00** |