ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ N° *130*	
Hora: 4:00 pm	**Fecha:** 19/06/26
Lugar:	HCB LOS PITUFOS
Dependencia que Convoca:	EAS CORHUELLAS
Proceso:	PROMOCION Y PREVENCION
Objetivo:	PROMOVER LA RECREACIÓN Y EL TIEMPO DE CALIDAD EN FAMILIA COMO ESTRATEGIAS PARA FORTALECER LOS VÍNCULOS AFECTIVOS, FOMENTAR HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES Y CONTRIBUIR A LA PREVENCIÓN Y CONTROL DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD INFANTIL EN LOS HOGARES COMUNITARIOS.

Agenda:

- Saludo y bienvenida.
- Presentación del objetivo del encuentro.
- Reflexión sobre la importancia del tiempo de calidad en familia.
- Socialización sobre recreación, actividad física y hábitos saludables.
- Orientaciones para la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil.
- Participación de las familias e intercambio de experiencias.
- Establecimiento de compromisos.
- Conclusiones y cierre de la jornada.

Desarrollo:

Siendo las 4:00 PM del día 19 de JUNIO de 2026, se dio inicio al encuentro con las familias usuarias del Hogar Comunitario. La Madre Comunitaria brindó un saludo de bienvenida y agradeció la asistencia y participación de los padres, madres y cuidadores, resaltando la importancia de estos espacios de formación y reflexión para fortalecer el bienestar y desarrollo integral de los niños y niñas.

Posteriormente, se presentó el objetivo de la actividad, orientado a sensibilizar a las familias sobre la importancia de compartir tiempo de calidad con sus hijos e hijas mediante actividades recreativas, lúdicas y de integración familiar que favorezcan el fortalecimiento de los vínculos afectivos y la adopción de hábitos de vida saludables.

Durante la socialización se explicó que la recreación constituye un derecho fundamental de la niñez y una oportunidad para que las familias compartan experiencias positivas que fortalecen la comunicación, la confianza, el respeto y el afecto entre sus integrantes. Se destacó que dedicar tiempo a jugar, conversar, leer cuentos, realizar caminatas, practicar deportes o participar en actividades culturales permite fortalecer la unión familiar y generar ambientes protectores para el adecuado crecimiento y desarrollo de los niños y niñas.

CLASIFICADA

Asimismo, se abordó la relación existente entre la actividad física, la recreación y la salud. Se explicó que actualmente el aumento del tiempo frente a pantallas como televisores, celulares, tabletas y videojuegos ha reducido las oportunidades de movimiento y juego activo en la infancia, situación que puede favorecer el desarrollo de problemas relacionados con el sobrepeso y la obesidad.

En este sentido, se orientó a las familias sobre la importancia de promover diariamente actividades que involucren movimiento corporal, tales como caminatas, carreras, juegos tradicionales, rondas infantiles, baile, actividades al aire libre y deportes recreativos, buscando que estas prácticas se conviertan en espacios de integración y disfrute familiar.

De igual manera, se brindaron recomendaciones relacionadas con la alimentación saludable, resaltando la necesidad de complementar la actividad física con hábitos alimentarios adecuados. Entre las principales orientaciones se mencionaron:

- Ofrecer diariamente frutas, verduras y alimentos frescos.
- Garantizar una alimentación balanceada y variada.
- Fomentar el consumo de agua potable durante el día.
- Evitar el consumo frecuente de bebidas azucaradas, paquetes, dulces y productos ultraprocesados.
- Mantener horarios regulares para las comidas.
- Compartir los tiempos de alimentación en familia siempre que sea posible.
- Promover hábitos de sueño adecuados para la edad de los niños y niñas.

Durante el encuentro, las familias participaron activamente compartiendo experiencias relacionadas con actividades recreativas que realizan en sus hogares, manifestando que los momentos de juego y convivencia fortalecen la relación con sus hijos e hijas y contribuyen a mejorar la comunicación familiar.

La Madre Comunitaria enfatizó que la prevención del sobrepeso y la obesidad infantil requiere el compromiso de toda la familia, promoviendo estilos de vida saludables desde edades tempranas y convirtiendo las prácticas saludables en hábitos permanentes dentro del hogar.

Decisiones:

- Las familias reconocieron la importancia de compartir tiempo de calidad con los niños y niñas como una estrategia fundamental para fortalecer los vínculos afectivos y promover su bienestar integral.
- Se identificó la recreación y la actividad física como herramientas clave para fomentar estilos de vida saludables y prevenir el sobrepeso y la obesidad infantil.
- Los participantes comprendieron la necesidad de reducir el sedentarismo y el tiempo de exposición a pantallas, promoviendo actividades recreativas y de movimiento en familia.
- Se fortalecieron los conocimientos de las familias sobre la importancia de una alimentación saludable complementada con actividad física regular.

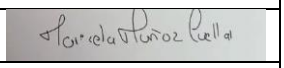
CLASIFICADA

- Las familias manifestaron disposición para implementar en sus hogares las recomendaciones brindadas durante la jornada.

No siendo otro el motivo del encuentro, se da por finalizada la actividad siendo las 2:00 PM del mismo día, agradeciendo la asistencia y participación de las familias.

Compromisos / tareas	Responsable(s): Nombre / Cargo o rol	Fechas
Realizar al menos una actividad física o juego activo en familia varias veces por semana.	Padres de familia	Siempre
Reducir el tiempo de exposición de los niños y niñas a pantallas y dispositivos electrónicos.	Padres de familia	siempre
Brindar acompañamiento y orientación a las familias sobre alimentación saludable y actividad física.	Talento Humano	Por la vigencia del contrato
Continuar desarrollando actividades pedagógicas relacionadas con la promoción de hábitos de vida saludable.	Talento Humano	Por la vigencia del contrato

FIRMA ASISTENTES

Nombre *Se lista **mínimo**: quien preside la reunión/comité y los responsables de cumplir los compromisos adquiridos. No obstante, si la reunión o Comité es soportada por una resolución o acuerdo, dependerá de lo establecido en dicho acto administrativo o lo que definan los asistentes.*	**Cargo o rol / Dependencia**	**Entidad**	**Firma**
MARICELA MUÑOZ CUELLAR	MADRE COMUNITARIA	CORHUELLAS	
Próxima reunión *(en caso de que no se programe próxima reunión diligenciar con N/A)*	**Fecha**	**Hora**	**Lugar**
	JULIO	POR DEFINIR	POR DEFINIR
Colaborador que elabora el acta:	MARICELA MUÑOZ CUELLAR		

Nota 1: *las instrucciones de diligenciamiento deben ser **borradas** luego de la elaboración del acta.*

CLASIFICADA

¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

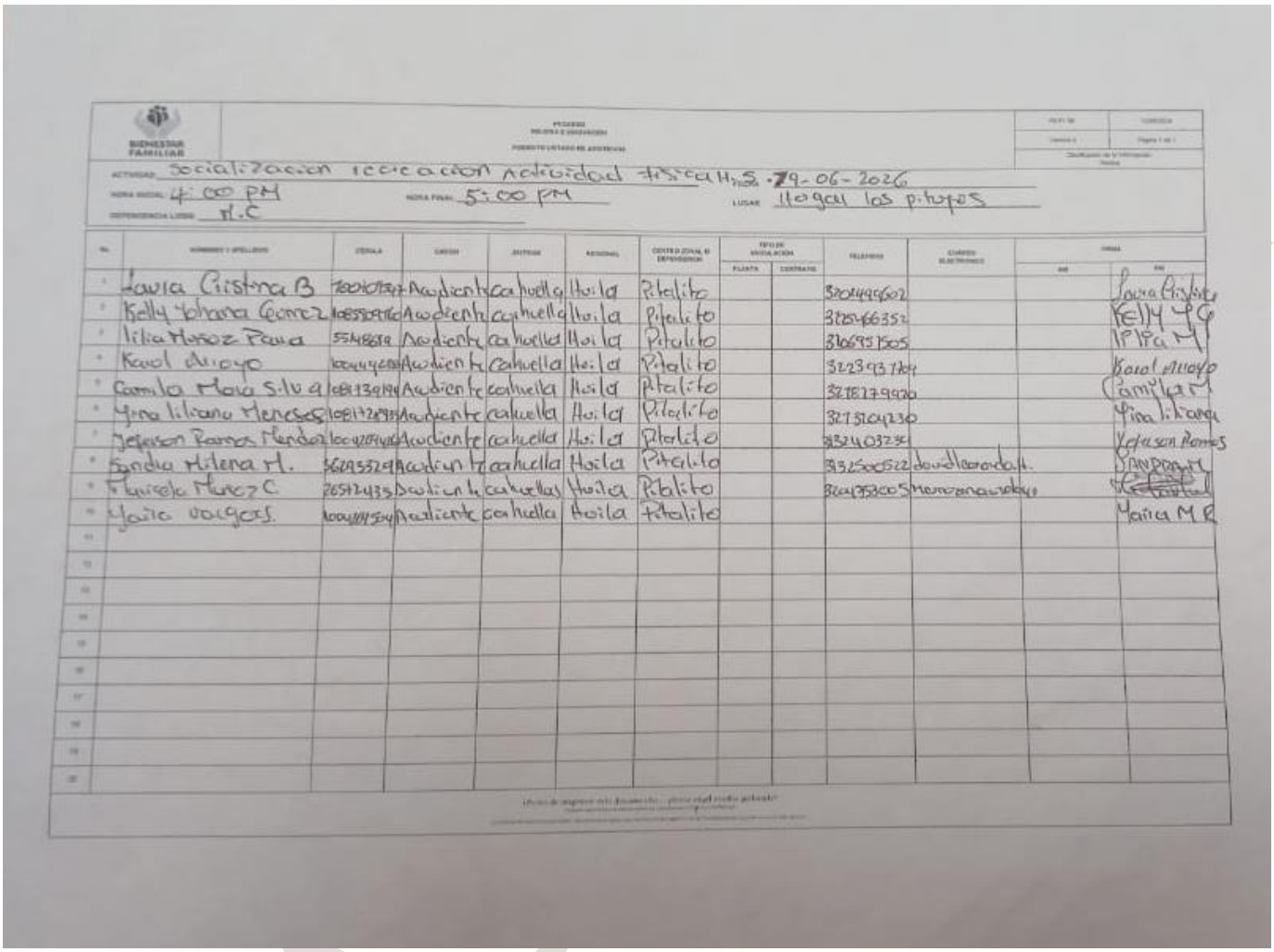
Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

Nota 2: *si es necesario, el* ***F8.P1.MI Formato Listado de Asistentes****, puede ser anexado a este documento, diligenciado con el registro de todos los participantes a la reunión; para reuniones virtuales; dicho formato (F8.P1.MI) puede ser reemplazado parcial o totalmente por el registro tomado de la asistencia a la reunión virtual, de acuerdo con el* ***P1.MI Procedimiento Elaboración y Control de Documentos.***
Nota 3: *la tabla* ***"Firma Asistentes"*** *y demás campos y apartes de este formato* ***no se modifican*** *ni se eliminan en ningún caso.*

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



CLA



BIENESTAR FAMILIAR

ACTIVIDAD: Socializacion recreacion Actividad fisica H.S. 29-06-2026

HORA INICIAL: 4:00 PM HORA FINAL: 5:00 PM LUGAR: Hogar los pitufos

DEPENDENCIA LIDER: H.C

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CEDULA	CARGO	DEPTO	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACION PLANTA	TIPO DE VINCULACION CONTRATO	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Laura Cristina B	1001078727	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3204496602		Laura Cristina
2	Kelly Yohana Gomez	1083894760	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3205466352		KELLY GG
3	Lilia Muñoz Parra	55148619	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3106935505		LILIA M
4	Karol Alvarado	1004426	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3223937104		Karol Alvarado
5	Camilo Maya Silva	1081394	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3218279920		Camilo M
6	Yina Liliana Meneses	1081729	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3215049230		Yina Liliana
7	Jeferson Ramos Mendez	1004270	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3134032354		Jeferson Ramos
8	Sandra Milena M.	5629552	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3132560522	davidlaverde14.	SANDRA M
9	Daniela Muñoz C.	2654243	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito			3204753005	Munozcanodaniela	Daniela
10	Yaira Vargas	1004	Asesiente	cahuella	Huila	Pitalito					Yaira M R
11											
12											
13											
14											
15											
16											
17											
18											
19											
20											

CLASE