ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ N° *130*	
Hora:4:00PM	**Fecha:** *19-06-2026*
Lugar:	*HCB LOS PASTORCITOS*
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.

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,

Powered by CamScanner

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.

Powered by CamScanner

- 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 5:00 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 <u>mínimo</u>: 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**
MARIA NORFI QUINAYAS CLAROS	MADRE COMUNITARIA	CORHUELLAS	María Norfi Quinayas

Powered by CamScanner

Próxima reunión *(en caso de que no se programe próxima reunión diligenciar con N/A)*	**Fecha**	**Hora**	**Lugar**
	JULIO	4:00PM	HCB
Colaborador que elabora el acta:	MARIA NORFI QUINAYAS CLAROS		

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

CLASIFICADA

Powered by CamScanner

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



Powered by CamScanner

BIENESTAR FAMILIAR	PROCESO MEJORA E INNOVACIÓN FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA	FS.P1.MI	12/09/2024
		Versión 9	Página 4 de 4
		Clasificación de la Información: Pública	

ACTIVIDAD: TIEMPO DE CALIDAD EN FAMILIA -HABITOS SALUDABLES -PREVENCION DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD INFANTIL FECHA : 19-06-2026

HORA INICIAL: 4:00PM HORA FINAL: 6:00PM LUGAR HCB LOS PASTORCITOS -SALADOBLANCO

DEPENDENCIA LIDER: MARIA NORFI QUINAYAS CLAROS

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CARGO	ENTIDAD	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACIÓN		TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA	
							PLANTA	CONTRATO			AM	PM
1	WENDI YULIED QUILCUE VARGAS	1083880863	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			31385355959			Wendi
2	DIANA MARCELA VARGAS VARGAS	1081729254	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3148356748			Diana M.
3	KERLY DAYANA CORDOBA CORDOBA	1081729718	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3132602704			Kerly D.
4	MAIRA ALEJANDRA PEÑA CLAROS	1084896554	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3144721204			Maira AL
5	KELYN DAYANA CORDOBA VALENZUELA	1081732495	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3229289473			Kelyn Daya
6	QUEYDY SOLANYI CHILITO CONDE	1081728036	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3133417303			Solanyi.
7	YULI PORTILLA ARISTIZABAL	1075542253	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3102448730			Yuli Port.
8	SANDRA LILIANA CALDERON RODRIGUEZ	1004154060	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3115210066			Sandra.
9	ANA LUBI PIAMBA GUZMAN	10817293333	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3103178287			Ana Lubi
10	LEYDI YOHANA SANTACRUZ	1006509665	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3228341528			Leydi Yoha
11	YAIRIN MARIA PEREZ VALENCIA	1084727286	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3218323941			Yairin M.
12	YENIFER DAYANA RUIZ DIAZ	1077868944	ACUDIENTE	CORHUELLAS	HUILA	PITALITO			3209684283			Yenifer D.
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												

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

Powered by CamScanner