ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ N° *130*	
Hora:4:00 PM	Fecha: 19/06/2026
Lugar:	HCB SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS
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 VINCULOS AFECTIVOS, FOMENTAR HABITOS 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 día19 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 4:00 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**
ANA FEIMIR GUZMAN PIAMBA	MADRE COMUNITARIA	CORHUELLAS	

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

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

Powered by CamScanner

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:	ANA FEIMIR GUZMAN PIAMBA		

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 (F.8.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*

LSFC D

Powered by CamScanner





Powered by CamScanner

BIENESTAR FAMILIAR

PROCESO
RELACIONA O MODIFICACION
FORMATO LISTADO DE ASISTENCIA

ACTIVIDAD: promover la recreación y el tiempo de calidad en familia FECHA 19-06-2026
HORA INICIAL: 4:00 PM HORA FINAL: LUGAR
DEPENDENCIA LIDER: H C B Sagrado Corazon de Jesus

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CARGO	ENTIDAD	REGIONAL	CENTRO ZONAL O DEPENDENCIA	TIPO DE VINCULACIÓN: PLANTA	TIPO DE VINCULACIÓN: CONTRATO	TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA	
1	Yiceth Alejandra Nupan G.	1004269222	Ama de Casa	Corbuellas	Huila	Pitalito			3204187565			Alejandra G.
2	ANYI XIMENA ANACONA P.	1006269437	AMA DE CASA	CORBUELLA	HUILA	PITALITO			3227885115			Ximena A.
3	Elsira Saladinez S	36112986	Ama de casa	Corvella	Huila	pitalito			3203469868			Elsa Salad.
4	Leidy Yohana Anacona Chimunta	1004269223	Ama de Casa	Corbellas	Huila	pitalito			3245544060			Leidy Anacona
5	yorledy salcedo palomino	1117512189	ama de casa	corhuellos	Huila	Pitalito			3122260681			yorledy salcedo
6	Luz Dary Pranba Genis	1081780688	Ama de casa	corhuellos	Huila	pitalito			3135336738			Luz Dary P.G.
7	Yeini camila Amariena Perez	1081722892	Ama de casa	corhuellos	Huila	pitalito			3109728492			Camila A.
8	Juliana Nupan Cepeda	1004269223	Ama de casa	Corhuellos	Huila	Pitalito			3203998946			Juliana N.
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												

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

Powered by CamScanner