

ACTA No. **347**

FECHA: 16-Julio-2021

HORA: 02:40pm

LUGAR: HDMI

ACTIVIDAD: Pausa activa Lúdico Recreativa – ESTIRAMIENTO MUSCULAR

RESPONSABLE: Luisa Fernanda Vargas Cabrera

1. MOTIVO DE LA ACTIVIDAD:

Debido a las largas jornadas de trabajo se hace necesario suministrar un espacio de acondicionamiento físico al personal de planta y contratistas que prestan su servicios del Hospital Departamental María Inmaculada, E.S.E., para prevenir enfermedades osteomusculares o de estrés, debido a las acciones repetitivas que la misma labor exige en ocasiones.

2. ACTIVIDAD:

Se realizaron visitas en los servicios reuniendo al personal de turno a fin de efectuar una serie de actividades relacionadas con las pausas activas, mediante ejercicios de estiramiento y charlas de concientización, enseñándoles a tomarse un espacio cada dos horas para que repitan los ejercicios creándoles la cultura y buenos hábitos laborales para evitar lesiones o enfermedades lumbares, osteomusculares o psicológicas.

3. CONCLUSIONES:

- Se evidencia que la actividad la toman de forma asertiva, pero se hace necesario ser más insistentes debido a que el personal es renuente a practicar las actividades por su propia cuenta, por la poca cultura de autocuidado.

No siendo más el objeto de la presente, se da por terminada y en constancia se firma por quien en ella intervienen



Anexo: 01Formatos MC-F-03


LUISA FERNANDA VARGAS CABRERA
Instructora



FECHA: 16 / Julio / 2021 / LUGAR: Hospital Departamental María Inmaculada / RESPONSABLE: Luján Fernanda Vargas Cabrera

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pausa activo en brada en el estiramiento Muscular (Flow)

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO IDENTIFICACION	CARGO / OCUPACION	PROCESO / ENTIDAD	NUMERO TELEFONICO	CORREO ELECTRONICO	VINCULACION		FIRMA
							PLANT	CONT	
1	Yana C. Luján Benítez	11802918	Asesor SST	ARL	316448106		X		
2	Kathleen Milena Ordóñez	1.117.534366	Aux Adm	T.H	015915209	Kathleen2@outlook.com	X		
3	Jessica Carolina Aiazquez	1107791916	Aux Adm	B.S	3032251010	aiagomezdi02@yahoo.es aiagomezdi02@yahoo.es@gmail.com	X		Jessica C.
4	Ana Maria Dueiro A.	1106515194	Aux Adm.	GF-ACM	32604289	dueiro-mariadeb@hotmail.com	X		Ana Maria
5	Yollieth Ponce Lopez	52426290	Auditor	GF-ACH	3182819608	yolliethfira@hmi.gov.ec	X		Yollieth
6	Ygorinda Rojas V.	1192755771	Aux. Ad.	ACM	313310031	morindarajas@hmi.gov.ec	X		Ygorinda V.
7	Cartha Gabriela Contreras	40770680	Auditor	DCM	319345400	marthacastore@hmi.gov.ec	X		Cartha G.
8	Maria Alejandra Benítez Morán	117354670	Aux. Adm.	T.H	311501363	maalejandra20@gmail.com	X		Maria A.
9	Jennifer Cecilia Pineda	113007744	Aux.	T.H	310243500	jpineda@hmi.gov.ec	X		Jennifer C.
10	Margarita Olmo	40785706	Profesora	T.H	321498099	margaritaolmos@gmail.com	X		Margarita
11	Luján Pda Vargas E	1.117.546023	Instructor	T.H	312604299	lujanvargas18@hotmail.com	X		Luján P.
12	Belarmina Ponce	55200303	Aux. Adm.	ACM	311812646		X		Belarmina P.
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

