

ACTA No. **384**

FECHA: 03-Agosto-2021

HORA: 11:20am

LUGAR: HDMI

ACTIVIDAD: Pausa activa, recreativa y deportiva

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: 02 de agosto 2021. / LUGAR: Hospital Departamental María Inmaculada / RESPONSABLE: Luján Fernanda Vargas Cabrera.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pausa Activa Recreativa, Deportiva y Estiramiento Muscular

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO IDENTIFICACION	CARGO / OCUPACION	PROCESO / ENTIDAD	NUMERO TELEFONICO	CORREO ELECTRONICO	VINCULACION		FIRMA
							PLANT	CONT.	
1	Gana Carlos	30506309	Aux ENT	C.E	31447244	---		X	
2	Albany Argemir	4079586	Aux SG	CE	320492354	---	X		
3	Dalia Judith Garcia	31858449	Aux EN	AUX	31186282	---			
4	Carmenza Cardenas	313550429	Aux EN	CE	313550429	---	X		
5	Doris Basker	3227436	AUX	CE	3124342349	---			
6	Florencia Rodriguez	32375187	Tej	CE	313310234	estilizacion@hmi.gov.co	X		
7	Diana Forero	30509137	Aux EN		314455507	hmedicinas@hmi.gov.co	X		
8	Lidia Myriam Cárdenas	40781911	S.G.	CE	313921055	---	X		
9	Maria Gloria Lopez	40711451	SG	SG	32022820	---	X		
10	Blanca Nery A.	40764673	SG	SG	314209528	---	X		
11	Maria Olivia Aldana	40715009	A.E.		3108821810	---	X		
12	Rosa M Valdemar	40761277	A E	67	3132262536	---	X		
13	Nubia Fonseca. Vargas	406601145	AUX.E.	SG	3219220541	---	X		
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

