

ACTA No. **407**

<b>FECHA:</b> 18-Agosto-2021	<b>HORA:</b> 10:30am	<b>LUGAR:</b> HDMI
<b>ACTIVIDAD:</b> Pausa activa, recreativa y deportiva		
<b>RESPONSABLE:</b> 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: 06 / agosto / 2021 / LUGAR: Hospital Departamental María Inmaculada / RESPONSABLE: Luisa Fernanda Vargas Cabrera,

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pausa Activa Deportiva y Recreativa.

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO IDENTIFICACIÓN	CARGO / OCUPACION	PROCESO / ENTIDAD	NUMERO TELEFÓNICO	CORREO ELECTRONICO	VINCULACION		FIRMA
							PLANT	CONT	
1	Ara Maria Duro A.	1006515194	Aux Adm.	GF Aud. C.R.	320842896	araburo@hmi.gov.co	X	X	Ara Maria Duro
2	Jholith Vargas Rojas	117548423	Aux. ADM.	GF AUD.C.R.	314800325	jholithvargas@hmi.gov.co	X	X	Jholith Vargas
3	Janeeth Castro S	30507161	Aux. Adm.	GF ACM	314556475	jcastro198@hotmail.com	X	X	Janeeth Castro
4	Victor Eugenio Turdo	6807890	Aux. Adm.	GF ACM	320851731	victorturdo@hmi.gov.co	X	X	Victor Turdo
5	Clarivela Rojas Varon	1192755771	Aux. Adm.	GF	313310031	clarivela.rosas@hmi.gov.co	X	X	Clarivela Rojas
6	German Nino Medina	1174781585	Aux. Adm.	GF	329199266	germannino@hmi.gov.co	X	X	German Nino
7	Silvia Enríquez Figueroa	17636827	Aux. Adm.	GF-ACM	-	wilmarfigueroa@hmi.gov.co	X	X	Silvia Enríquez
8	Fernanda Loren Diaz Lopez	52195663	Aux. Adm.	ACM	313520809	fernandadiaz@hmi.gov.co	X	X	Fernanda Loren
9	Yulioth Fariña Lopez	52426290	Aux. Adm.	ACM	318201908	yuliothfari@hmi.gov.co	X	X	Yulioth Fariña
10	Kathleen Milena Cabrer	1117534366	Aux. Adm.	T.H	3159552129	kathleen240outlook.com	X	X	Kathleen Milena
11	Andy Yiseth Latorca	1117553143	Aux. Adm.	T.H	3217566605	yisethlora@hmi.gov.co	X	X	Andy Yiseth
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

