

ACTA No. **410**

FECHA: 18-Agosto-2021

HORA: 11:35am

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

  
LUIZA FERNANDA VARGAS CABRERA  
Instructora





**PROCESO MEJORAMIENTO CONTINUO**  
Registro de Asistencia

Código: MC-F-03  
Versión: 08  
Aprobado: 2018/06/18

FECHA: 17-18/ago/2021 / LUGAR: Hospital Departamental María Inmaculada / RESPONSABLE: Luisa Fernanda Vargas Cabrera  
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Pausa Activa Estimamiento 110scubor. (deportiva)

N°	NOMBRE Y APELLIDOS	DOCUMENTO IDENTIFICACION	CARGO / OCUPACION	PROCESO / ENTIDAD	NUMERO TELEFONICO	CORREO ELECTRONICO	VINCULACION		FIRMA
							PLANT	CONT	
1	Milena Ochoa	1.17.524866	Aux. N.	T.H.	3159252129		X		Milena Ochoa
2	Andry Yiseth Lozada	1.17.553.143	Aux. Adm	T.H.	3217566657	yseth90420@hotmail.com	X		Andry Lozada
3	Margarita Omos	40.783706	Profesora	TH	3214950977		X		M Omos
4	Jennifer Ochoa	113007744	Aux Ad	TH	3102435350	jeniferobachamirg@uce	X		J Ochoa
5	Maria Alejandra Bermudez	117546729	Aux Adm.	TH	3211501363	modolej970@gmail.com	X		M Bermudez
6	Martina Patricia Ospina	40774954	Aux Adm	T.H.	3124495788	marly583@chubalwin	X		M Ospina
7	Yoliana Palau	1082870928	Asejo	T.H.	3125301807	asejo@jundinoth@gmail.com	X		Y Palau
8	Yolanda Camelo	40777687	Tecnico	T.H.	3152277339	oportospato@nabes@libi.gov.co	X		Y Camelo
9	Jefferson Castro P.	117785496	Aux. Adm	TH	3215052314	Jecopes32@gmail.com	X		J Castro
10	John Baim Lopez S.	94519976	tec Adm	TH	3143167102	johnbaim-lopez@chubalwin.com	X		J Lopez
11	Lisseth Verónica Rivas	117555615	tec. adm.	TH	3102311633	lisseth.rivas@bce@gmail.com	X		L Rivas
12	Yovan Camilo Ferraz	118025978	Asejo SST	TH	3164081636		X		Y Ferraz
13	Jully Paola Baanogua	117545010	Aux Adm.	TH	3102109460		X		J Baanogua
14	Lina M. Espitia Triana	40.757.908	Asejo SST	AZL	3223991030	lina.espitia@essofosimura.co	X		L Espitia
15									
16									
17									
18									
19									
20									