 Alcaldía Mayor de Cartagena de Indias	INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN			
	Proceso:	Gestión Recreativa	Código:	MIGRDFDRPT - 01
	Documento:	Procedimiento de actividades saludables	Versión:	3.0
	Fecha de aprobación:	17/12/2024	Página	Página 1 de 6



PROCEDIMIENTO ACTIVIDADES SALUDABLES

1. Objetivo y Alcance

OBJETIVO DEL PROCEDIMIENTO
Disminuir el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles en la comunidad cartagenera.
ALCANCE DEL PROCEDIMIENTO
Priorizar las comunidades a intervenir, seguido a esto solicitamos realizar la petición formal a través de la junta de acción comunal ante el IDER, como requisitos solicitamos que dentro de la comunidad tengan por lo menos 50 personas interesadas en recibir el beneficio del proyecto, a continuación, se realizan 3 pruebas pilotos (adelantamos una jornada de actividad física como la tiene diseñada el proyecto) dependiendo de la aceptación del proyecto en la comunidad le damos inicio.

2. Glosario

No.	CONCEPTO	SIGNIFICADO
1	Actividad Física	Es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere un gasto energético mayor que estar en reposo, por ejemplo: caminar, correr, bailar, nadar, practicar yoga.
2	Sedentarismo	Poca agitación o movimiento en términos de gasto energético, se considera una persona sedentaria cuando en sus actividades cotidianas no aumenta mas del 10% de la anergia que hasta en reposo.
3	Obesidad	<u>Acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud</u>
4	Tamizaje de riesgo cardiovascular	<u>Estrategia aplicada sobre una población para detectar la probabilidad que ocurra una enfermedad cardiovascular, mediante la detección de factores de riesgo.</u>
5	Actividad física comunitaria	<u>Estrechamente vinculada al trabajo comunitario con la activa participación del personal del IDER y los miembros de la comunidad.</u>


 Alcaldía Mayor de Cartagena de Indias	 Cartagena de Indias D.T. y C. IDEFA Instituto Distrital de Deporte y Recreación	INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN			
		Proceso:	Gestión Recreativa	Código:	MIGRDFDRPT - 01
		Documento:	Procedimiento de actividades saludables	Versión:	3.0
		Fecha de aprobación:	17/12/2024	Página	Página 2 de 6

3. Siglas

SIGLAS		
No.	Sigla	Descripción
1	HEVS	Hábitos y Estilos de Vida Saludables
2	ECNT	Enfermedades Crónicas No Transmisibles
3	IMC	Índice de Masa Corporal
4	HTA	Hipertensión Arterial
5	BPM	BEATS por minutos
6	JAC	Junta de Acción Comunal

4. Marco Normativo


No.	NORMA / DOCUMENTO	FECHA	DESCRIPCIÓN
1	Constitución política, Art. 49	1981	El estado garantiza a todas las personas el acceso a los servicios de promoción, protección y recuperación de la salud.
2	Constitución política, Art. 52	1981	El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tiene como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.
3	Ley 181	De 1995	Por la cual se dicta disposiciones para el fomento del deporte la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física.
4	Resolución 1723	De 2018	Política pública nacional para el desarrollo del deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre hacia un territorio de paz 2018-2028.

 Alcaldía Mayor de Cartagena de Indias	INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN			
	Proceso:	Gestión Recreativa	Código:	MIGRDFDRPT - 01
	Documento:	Procedimiento de actividades saludables	Versión:	3.0
	Fecha de aprobación:	17/12/2024	Página	Página 3 de 6

5. Políticas de Operación

Roles y Responsabilidades		
No.	Funcionario /contratista	Responsabilidad
1	Directora General	Es el representante legal de la entidad, por consiguiente, será el encargado de aprobar y firmar el diseño y la ejecución del proyecto ante el distrito.
2	Director de Fomento Deportivo y Recreativo	Es el responsable del seguimiento del proyecto enmarcado dentro de la política pública establecida por el ministerio del deporte.
3	PE. Recreación	Es el responsable de Diseñar, Planear, ejecución y seguimiento del proyecto enmarcado dentro de la política pública establecida por el ministerio del deporte.
4	AE. Recreación	Diseño y seguimiento de las estrategias que apunten al cumplimiento de los indicadores establecidos dentro del proyecto.
5	Coordinador de proyecto	Supervisar y consolidar las estadísticas que arroja el proyecto para ser plasmadas en el informe de seguimiento de plan de acción de manera mensual.
6	Monitor de proyecto	Realizar las visitas técnicas a los diferentes puntos activos en el distrito de Cartagena verificando el cumplimiento de los protocolos establecidos.
7	Profesores de actividad física	Responsable de la ejecución del proyecto en las comunidades.

Condiciones Generales
<p>El IDER solicita realizar la petición de apertura de un punto de actividad física comunitaria de manera formal a través de la junta de acción comunal o de líderes comunitarios, como requisitos solicitamos que dentro de la comunidad se tengan por lo menos 50 personas interesadas en recibir el beneficio del proyecto, luego de radicada la solicitud a través de los siguientes canales de atención escrito (buzón de sugerencias, correspondencia física); canal virtual (redes sociales, correos electrónicos, página web); Canal presencial (oficinas del IDER), Canal telefónico (líneas telefónicas del IDER)</p> <p>Para la desarrollo de la actividad física comunitaria el IDER realiza el acercamiento con los líderes y enlaces comunitarios y/o juntas de acciones comunales en donde se inspecciona y verifica los espacios con los que cuenta la comunidad para el desarrollo de las diferentes actividades comunitarias, (la comunidad debe contar con una cancha en óptimas condiciones, cabina de sonido o amplificación de sonido y un reglamento de protocolos de bioseguridad para prevenir el COVID -19 según los lineamientos establecidos por el ministerio de deporte)</p>

 Alcaldía Mayor de Cartagena de Indias	INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN			
	Proceso:	Gestión Recreativa	Código:	MIGRDFDRPT - 01
	Documento:	Procedimiento de actividades saludables	Versión:	3.0
	Fecha de aprobación:	17/12/2024	Página	Página 4 de 6



Condiciones Generales
<p>El DER realiza 3 pruebas pilotos (adelantamos una jornada de actividad física como la tiene diseñada el proyecto) dependiendo de la aceptación del proyecto en la comunidad y la viabilidad se da inicio.</p> <p>A estas solicitudes se da respuesta según la proyección, necesidad y de acuerdo al talento humano con que cuente el instituto para brindar cobertura a las diferentes comunidades.</p> <p>Finalmente se realiza seguimiento y control por medio de los monitores con las visitas técnicas que se realizan diariamente a los diferentes puntos activos, documentos insumos a tener en cuenta para los diferentes informes rendidos de manera mensual y trimestral a la oficina de Planeación IDER, y Planeación Distrital</p>

6. Actividades

6.1. EVALUACION Y DIAGNOSTICO

No.	DESCRIPCIÓN DE LA ACCIÓN	RESPONSABLES	REGISTRO	TIEMPO (días)
1	Se realiza el seguimiento de las comunidades antiguas y nuevas según el aforo con el que cuenta la comunidad, teniendo en cuenta el número de beneficiarios impactados o por impactar, para el desarrollo de la actividad física comunitaria el IDER realiza el acercamiento con los líderes y enlaces comunitarios en donde se inspecciona y verifica los espacios con los que cuenta la comunidad para el desarrollo de las diferentes actividades comunitarias, se da un concepto del estado del espacio deportivo si es viable o no para la apertura del punto, o para continuar con el desarrollo de las actividades para el caso de los puntos antiguos.	Monitores y Coordinadores del proyecto.	Formato de inspección y registro fotográfico.	5 días



6.2. PRUEBAS PILOTO

 Alcaldía Mayor de Cartagena de Indias	 Cartagena de Indias D.T. y C. IDER Instituto Distrital de Deporte y Recreación	INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN			
		Proceso:	Gestión Recreativa	Código:	MIGRDFDRPT - 01
		Documento:	Procedimiento de actividades saludables	Versión:	3.0
		Fecha de aprobación:	17/12/2024	Página	Página 5 de 6

No.	FLUJOGRAMA	DESCRIPCIÓN DE LA ACCIÓN	RESPONSABLES	REGISTRO	TIEMPO
		Luego de realizada la inspección de los requisitos mínimos con que la comunidad debe contar para el inicio de la estrategia, el IDER realiza 3 pruebas pilotos que consisten en adelantar la jornada de actividad física como la tiene diseñada el proyecto, para mirar el comportamiento de la comunidad.	Profesor de actividad física y el monitor del proyecto.	Formato de inspección y registro fotográfico.	5 días

6.3. DESARROLLO DEL PUNTO DE ACTIVIDAD FISICA

No.	DESCRIPCIÓN DE LA ACCIÓN	RESPONSABLES	REGISTRO	TIEMPO
	Citamos a los representantes de la comunidad y personas interesadas en hacer parte de la estrategia a reunión en el sitio donde se desarrollará el punto activo para socializar las políticas, el cronograma establecido y el profesor que estará liderando el punto para esta comunidad.	Coordinador del proyecto	Formato de inspección y registro fotográfico.	1 día

 Alcaldía Mayor de Cartagena de Indias 	INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN			
	Proceso:	Gestión Recreativa	Código:	MIGRDFDRPT - 01
	Documento:	Procedimiento de actividades saludables	Versión:	3.0
	Fecha de aprobación:	17/12/2024	Página	Página 6 de 6

1. Documentos Asociados

Documentos asociados a este procedimiento de gestión Presupuestal

No.	NOMBRE DEL FORMTATO O DOCUMENTO	CODIGO
1.	Petición de la JAC	N/A
2.	Copia de Resolución de la JAC	N/A
3.	Copia de la cedula del presidente de la JAC	N/A
4.	Listado con nombre completo, numero de cedula, contacto y firma de las personas interesadas en beneficiarse de la estrategia.	N/A
5.	Formato de inscripción.	N/A

2. Control de Cambios

VERSIÓN	FECHA	DESCRIPCIÓN DE LA MODIFICACIÓN	APROBADO POR
1	26/04/2020	Emisión del documento	Viviana Londoño Moreno
2	17/11/2023	Denominación del proceso Promoción y Fomento de la Actividad Física, la Recreación y Uso Tiempo Libre por Gestión Recreativa, código del documento MIPAADRPT – 01 a MIGRDFDRPT - 01 versión de 2.0 a 3.0	Viviana Londoño Moreno
3	17 /12 / 2024	Se actualiza el logo, se quita el eslogan "Salvemos Juntos a Cartagena" y solo se deja el logo del IDER junto con el de la alcaldía distrital en la esquina superior	Campo Elías Teheran Humanez Director General IDER

3. Aprobación

Elaborado	Verificado	Aprobado
María del Pilar Maya Herrera Contratista – Oficina Asesora de Planeación	Líder de proceso	Comité de Modernización