	<b>FORMATO ACTA CAPACITACION A USUARIOS</b>		CODIGO: GL-PP-FO-007
	<b>GESTION CLINICA</b>		VERSIÓN: 001
	ELABORADO ENERO/2022	ACTUALIZADO ENERO/2022	Página 1 de 1

Fecha	DIA	MES	AÑO	HORA DE INICIO	HORA DE FINALIZACIÓN
	23	07	24	8: 00 AM	5:00 PM
<b>Tema</b>	IMPORTANCIA DEL CONTROL DE PESO PARA PREVENIR ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES				
<b>Personal asistente</b>	USUARIOS ASISTENTES A REHABILITACION CARDIACA				
<b>Capacitador</b>	Dahiana Marcela Herrera Rodríguez				

### OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN

(REALICE UNA BREVE DESCRIPCIÓN DEL OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN)

Brindar información y conocimiento, de hábitos saludables con el fin de mitigar los riesgos de enfermedades cardiovasculares ocasionadas por el sobre peso implementando promoción de la salud y prevención de la enfermedad a los pacientes que asisten a la institución al área de rehabilitación cardiaca

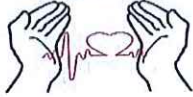
### ACTIVIDADES DESARROLLADAS

(REALICE UN BREVE RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA CAPACITACIÓN)

- Se realiza una descripción y educación del tema a tratar en la capacitación, se entregan folletos con información complementaria, clara y concisa, con lenguaje "coloquial", se aclaran dudas e inquietudes de los usuarios y se finaliza la capacitación.

### REGISTRO FOTOGRAFICO





**FORMATO ACTA CAPACITACION A  
USUARIOS  
GESTION CLINICA**

**CODIGO: GL-PP-  
FO-007**

**VERSIÓN: 001**

**ELABORADO  
ENERO/2022**

**ACTUALIZADO  
ENERO/2022**

**Página 1 de 1**



**CONCLUSIONES Y/O RECOMENDACIONES**

La información que se brindó quedó clara, se resolvieron preguntas, dudas e inquietudes de los usuarios, se entregó material de apoyo a tener en cuenta en el hogar en su vida cotidiana con fines preventivos y saludables.

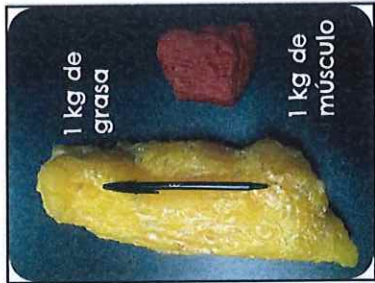
*Debianna Marcela Herrera Rodriguez*  
Fisioterapeuta

C.C. 1.110.823.902

FIRMA RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

## COMPOSICION CORPORAL DESEQUILIBRADA

**Grasa corporal alta, masa muscular baja:** El porcentaje de grasa corporal es alto y un nivel de masa muscular bajo.



**Masa muscular alta, grasa corporal baja:** El nivel de masa muscular es elevado y los niveles de masa grasa son más bajos que el promedio.

## MANTENGA UN PESO SALUDABLE

Para mantener un peso saludable evite los alimentos densos en calorías y las bebidas azucaradas.

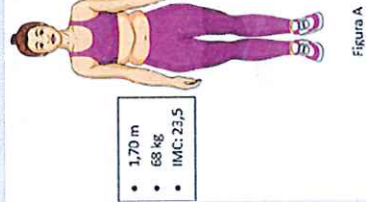


Figura A

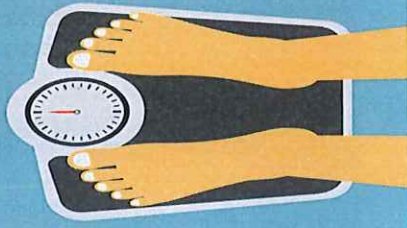


Figura B

El tamaño de las porciones es importante por eso debemos consumir un solo carbohidrato, mas porción de ensalada y la proteína azada o sudada.




## HABLANDO DEL PESO CORPORAL



INSTITUTO CARDIOVASCULAR DEL  
TOLIMA S.A.S




	<b>FORMATO ASISTENCIA CAPACITACION A USUARIOS</b>		CODIGO: GL-PP-FO-008
	<b>GESTION CLINICA</b>		VERSION: 001
	ELABORADO ENERO/2022	ACTUALIZADO ENERO/2022	Página 1 de 1

**SISTEMA DE GARANTÍA Y CALIDAD EN SALUD  
FORMATO ASISTENCIA A CAPACITACIÓN A USUARIOS**

FECHA:	23 - 26 de Julio 2024	HORA:	8:00 AM - 5:00 PM
TEMA:	Importancia y control	del peso	
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD	Dulciana Jenera		


Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES
1	Amibal Morales M.	Amibal Morales	
2	Pedro nel Pinzón Acosta	[Signature]	
3	Fernando Pareda	[Signature]	
4	ANDRES CHAVARRO	[Signature]	
5	HERNAN VARGAS	[Signature]	
6	Adelberto Cuellar	[Signature]	
7	Flore Angela Jangosife	[Signature]	
8	Sobresete Rosa	[Signature]	
9	Pedro Guadalupe	[Signature]	
10	Guillermo Riquelme	[Signature]	
11	Samuel Cortes	Samuel Cortes	
12	Olaya Cortes Herrera	Olaya Cortes	
13	MARCO F. ALDENOR A.	[Signature]	
14	Rosa Lucy Vargas Ramirez	[Signature]	
15	[Signature]	[Signature]	
16	Jaqueline Delgado Arenas	[Signature]	
17	Harberly Morillo	[Signature]	
18	Mario R. Bolívar B	[Signature]	
19	Heerson H. Cely V.	[Signature]	
20	Julio Esneider Cruz R	[Signature]	
21	Jaqueline Delgado Arenas	[Signature]	
22	Julio Guzmán	[Signature]	
23	JOHN ALEJO TAFUR	[Signature]	

 INSTITUTO CARDIOVASCULAR DEL TOLIMA S.A.S.	<b>FORMATO ASISTENCIA CAPACITACION A USUARIOS</b>		CODIGO: GL-PP- FO-008
	<b>GESTION CLINICA</b>		VERSIÓN: 001
	ELABORADO ENERO/2022	ACTUALIZADO ENERO/2022	Página 1 de 1

**SISTEMA DE GARANTÍA Y CALIDAD EN SALUD  
FORMATO ASISTENCIA A CAPACITACIÓN A USUARIOS**

FECHA:	23-26 de Julio 2024	HORA:	8:00 Am - 5:00 Pm
TEMA:	Importancia de Rehabilitación Cardíaca		
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD	Cristiana Herrera		

Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES
1	Fernando Pons	<i>[Firma]</i>	
2	Jaqueline Delgado	<i>[Firma]</i>	
3	Clarice Perdomo	<i>[Firma]</i>	
4	Diana Oviedo	Diana Oviedo	
5	Anibal Morales	Anibal M.	
6	Adriana Cordero	<i>[Firma]</i>	
7	Just Mary Montaña	<i>[Firma]</i>	
8	Guillermo Gómez	<i>[Firma]</i>	
9	Pedro Oquendo	<i>[Firma]</i>	
10	Sannal Cortes	Sannal C.	
11	Olga Cortes H	<i>[Firma]</i>	
12	Glizade Ruiz	<i>[Firma]</i>	
13	Howery Morillo	<i>[Firma]</i>	
14	Esteban González	<i>[Firma]</i>	
15	Mario Bolívar	<i>[Firma]</i>	
16	Julio Guzmán	<i>[Firma]</i>	
17	JOHN NAIRS TAFUR	<i>[Firma]</i>	
18	ANDRES CHAVEZ	<i>[Firma]</i>	
19	JOSE ALONSO VEGA	<i>[Firma]</i>	
20	Jose Nilda Castano	<i>[Firma]</i>	

 INSTITUTO CARDIOVASCULAR DEL TOLIMA S.A.S.	<b>FORMATO ASISTENCIA CAPACITACION A USUARIOS</b>		CODIGO: GL-PP-FO-008
	<b>GESTION CLINICA</b>		VERSIÓN: 001
	ELABORADO ENERO/2022	ACTUALIZADO ENERO/2022	Página 1 de 1

**SISTEMA DE GARANTÍA Y CALIDAD EN SALUD  
 FORMATO ASISTENCIA A CAPACITACIÓN A USUARIOS**

FECHA:	23-26 de Julio 2021	HORA:	8:00 am - 5:00 pm
TEMA:	Importancia del ejercicio y actividad física		
RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD	Dalmiana Herrera		

Nº	NOMBRE Y APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES
1	Fernando Poveda	<i>[Handwritten Signature]</i>	
2	Janeline Delgado B.	<i>[Handwritten Signature]</i>	
3	Mari Pés	<i>[Handwritten Signature]</i>	
4	Diana Oviedo	<i>[Handwritten Signature]</i>	
5	Anibal Morales	<i>[Handwritten Signature]</i>	
6	Adelberto Cuellar	<i>[Handwritten Signature]</i>	
7	Lyonel Gentry	<i>[Handwritten Signature]</i>	
8	Alexandra Casanova S.	<i>[Handwritten Signature]</i>	
9	Guillermo Lopez	<i>[Handwritten Signature]</i>	
10	Samuel Cortes	<i>[Handwritten Signature]</i>	
11	Olaya Cortes Herrera	<i>[Handwritten Signature]</i>	
12	Elizabeth Bon	<i>[Handwritten Signature]</i>	
13	Harvey Heriberto	<i>[Handwritten Signature]</i>	
14	Celso Sanguino	<i>[Handwritten Signature]</i>	
15	Marlo Bolivar	<i>[Handwritten Signature]</i>	
16	Julio Gomez	<i>[Handwritten Signature]</i>	
17	JOHN TAIBO TAFUR	<i>[Handwritten Signature]</i>	
18	ANDRES CHAVEZO	<i>[Handwritten Signature]</i>	
19	JOSE ALONSO UGBA	<i>[Handwritten Signature]</i>	
20	Pedro Quintan	<i>[Handwritten Signature]</i>	