

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>	<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>	FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>	Página 1 de 9	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

<b>NOMBRE DEL EVENTO:</b> DIA MUNDIAL DE LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD			
<b>ORIGEN:</b> INTERNO		<b>LECTURADO POR:</b> PROFESIONALES DE LA SALUD Y COLABORADORES DE LADMEDIS	
<b>FECHA:</b> 24/09/2024	<b>LUGAR:</b> LADMEDIS IPS		<b>DURACIÓN:</b> 3 HORAS
<b>/OBJETIVO</b>			
Socializar factores de riesgo relacionados a la obesidad para la prevención de enfermedades cardiovasculares a los usuarios pertenecientes a LADMEDIS IPS.			
<b>BREVE EXPLICACIÓN DEL CONTENIDO</b>			

<p>La obesidad es una enfermedad compleja que consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal. La obesidad no es solo un problema estético. Es un problema médico que aumenta el riesgo de enfermedades y problemas de salud, como enfermedades cardíacas, diabetes, presión arterial alta y determinados tipos de cáncer.</p> <p>Hay muchas razones por las que algunas personas tienen dificultad para perder peso. Por lo general, la obesidad es el resultado de factores hereditarios, fisiológicos y del entorno combinados con la dieta, la actividad física y las opciones de ejercicio.</p> <p>Lo bueno es que incluso una modesta pérdida de peso puede mejorar o prevenir los problemas de salud relacionados con la obesidad. Una dieta más saludable, un mayor nivel de actividad física y los cambios de conducta pueden ayudarte a bajar de peso. Los medicamentos recetados y los procedimientos para bajar de peso son opciones adicionales para tratar la obesidad.</p> <p><b>Síntomas</b></p> <p>El índice de masa corporal (IMC) se suele utilizar para diagnosticar la obesidad. Para calcular el índice de masa corporal, multiplica el peso en libras por 703, divídelo por la altura en pulgadas y vuelve a dividirlo por la altura en pulgadas. O divide el peso en kilogramos por la estatura en metros al cuadrado.</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th>IMC</th> <th>PESO</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Inferior a 18.5</td> <td>Peso insuficiente</td> </tr> <tr> <td>de 18.5 a 24.9</td> <td>Normal</td> </tr> <tr> <td>de 25.0 a 29.9</td> <td>Sobrepeso</td> </tr> <tr> <td>30.0 o superior</td> <td>Obesidad</td> </tr> </tbody> </table>	IMC	PESO	Inferior a 18.5	Peso insuficiente	de 18.5 a 24.9	Normal	de 25.0 a 29.9	Sobrepeso	30.0 o superior	Obesidad
IMC	PESO									
Inferior a 18.5	Peso insuficiente									
de 18.5 a 24.9	Normal									
de 25.0 a 29.9	Sobrepeso									
30.0 o superior	Obesidad									

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 2 de 9	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

Para la mayoría de las personas, el índice de masa corporal brinda un cálculo aproximado de la grasa corporal. Sin embargo, el índice de masa corporal no mide directamente la grasa en el cuerpo, por lo que algunas personas, como los atletas musculosos, pueden tener un índice de masa corporal en la categoría de obesidad, aunque no tengan exceso de grasa.

Muchos médicos también miden la circunferencia de la cintura de una persona para ayudar a orientar las decisiones de tratamiento. Los problemas de salud relacionados con el peso son más comunes en los hombres con una circunferencia de la cintura superior a 40 pulgadas (102 centímetros) y en las mujeres con una medida de cintura superior a 35 pulgadas (89 centímetros).

### Causas

Aunque existen influencias genéticas, conductuales, metabólicas y hormonales en el peso corporal, la obesidad ocurre cuando se ingieren más calorías de las que se queman con las actividades diarias normales y el ejercicio. El cuerpo almacena ese exceso de calorías en forma de grasa.

En los Estados Unidos, la alimentación de la mayoría de las personas es demasiado rica en calorías, a menudo procedentes de comida rápida y bebidas altas en calorías. Las personas con obesidad podrían comer más calorías antes de sentirse satisfechas, sentir hambre antes o comer más debido al estrés o la ansiedad.

Muchas personas que viven en países occidentales ahora tienen trabajos con muchas menos exigencias físicas, por lo que no suelen quemar tantas calorías en el trabajo. Incluso las actividades cotidianas consumen menos calorías, gracias a comodidades como los controles remotos, las escaleras mecánicas, las compras en línea y los bancos con ventanilla para autos.

### Factores de riesgo

La obesidad suele ser el resultado de una combinación de causas y factores contribuyentes:

Herencia e influencias familiares

Los genes que heredas de tus padres pueden afectar la cantidad de grasa corporal que almacenas y dónde se distribuye esa grasa. La genética también puede jugar un papel importante en la eficiencia con la que tu cuerpo convierte los alimentos en energía, en la forma en que tu cuerpo regula tu apetito y en la forma en que tu cuerpo quema calorías durante el ejercicio.

La obesidad tiende a presentarse en toda la familia. Eso no es solo por los genes que comparten. Los miembros de la familia también tienden a compartir hábitos alimenticios y de actividad similares.

Opciones de estilo de vida

- **Dieta no saludable.** Una dieta que contiene muchas calorías, mucha comida rápida, bebidas altamente calóricas y porciones demasiado grandes, pero pocas frutas y vegetales contribuye al aumento de peso.

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 3 de 9	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

- **Calorías líquidas.** Las personas beben muchas calorías sin sentir saciedad, especialmente las calorías provenientes del alcohol. Otras bebidas altas en calorías, como los refrescos azucarados, pueden contribuir a un aumento significativo de peso.
- **Inactividad.** Si tienes un estilo de vida sedentario, es muy fácil que todos los días ingieras más calorías de las que quemas cuando haces ejercicio y realizas actividades cotidianas normales. Mirar las pantallas de computadoras, tabletas y teléfonos es una actividad sedentaria. La cantidad de horas que pasas frente a una pantalla está altamente asociada con el aumento de peso.

### Edad

La obesidad puede ocurrir a cualquier edad, incluso, en niños pequeños. Sin embargo, a medida que envejeces, los cambios hormonales y un estilo de vida menos activo aumentan el riesgo de padecer obesidad. Asimismo, la cantidad de músculo en el cuerpo tiende a disminuir con la edad. Generalmente, la disminución de la masa muscular conduce a una disminución del metabolismo. Estos cambios también reducen las calorías que necesitas, por lo que pueden hacer que resulte más difícil evitar el exceso de peso. Si no controlas de forma consciente lo que comes y no haces más actividad física a medida que envejeces, es probable que aumentes de peso.

### Otros factores

- **Embarazo.** El aumento de peso es común durante el embarazo. Para algunas mujeres, después del nacimiento del bebé, es difícil perder ese peso que aumentaron. Ese aumento de peso puede contribuir al desarrollo de la obesidad en las mujeres.
- **Dejar de fumar.** Con frecuencia, dejar de fumar está asociado con el aumento de peso. Para algunas personas, puede llevar a un aumento de peso suficiente para calificar como obesidad. A menudo, esto sucede cuando la gente usa los alimentos para hacer frente a la abstinencia del hábito de fumar. Sin embargo, a largo plazo, dejar de fumar sigue siendo un beneficio mayor para la salud que continuar fumando. El médico te puede ayudar a prevenir el aumento de peso después de dejar de fumar.
- **Falta de sueño.** No dormir lo suficiente o dormir demasiado puede provocar cambios hormonales que aumentan el apetito. También es posible que sientas ganas de comer alimentos con alto contenido de calorías e hidratos de carbono, que pueden contribuir al aumento de peso.
- **Estrés.** Muchos factores externos que afectan el estado de ánimo y el bienestar pueden contribuir a la obesidad. Las personas a menudo buscan más alimentos ricos en calorías cuando sufren situaciones estresantes.

Incluso si tienes uno o más de estos factores de riesgo, esto no significa que estés destinado a desarrollar obesidad. Puedes contrarrestar la mayoría de los factores de riesgo mediante dieta, actividad física y ejercicio, así como a través de cambios de comportamiento.

### Complicaciones

Es más probable que las personas con obesidad desarrollen diversos problemas de salud potencialmente graves, tales como:

	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>		<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>		FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>		Página 4 de 9	

## INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN

- **Enfermedad cardíaca y accidentes cerebrovasculares.** La obesidad aumenta las probabilidades de tener hipertensión arterial y niveles anormales de colesterol, que son factores de riesgo para la enfermedad cardíaca y los accidentes cerebrovasculares.
- **Diabetes tipo 2.** La obesidad puede afectar la manera en que el cuerpo usa la insulina para controlar los niveles de glucosa en la sangre. Esto aumenta el riesgo de resistencia a la insulina y de diabetes.
- **Ciertos cánceres.** La obesidad puede aumentar el riesgo de cáncer uterino, cuello del útero, endometrio, ovarios, mama, colon, recto, esófago, hígado, vesícula, páncreas, riñón y próstata.
- **Problemas digestivos.** La obesidad aumenta la probabilidad de desarrollar acidez estomacal, enfermedad de la vesícula biliar y problemas hepáticos.
- **Apnea del sueño.** Las personas con obesidad son más propensas a tener apnea del sueño, un trastorno potencialmente grave en el que la respiración se detiene y se reanuda de forma repetida durante el sueño.
- **Artrosis.** La obesidad aumenta la presión ejercida sobre las articulaciones con carga completa del peso corporal, además de facilitar la inflamación dentro del cuerpo. Estos factores pueden ocasionar complicaciones como la artrosis.
- **Síntomas graves de la COVID-19.** La obesidad aumenta el riesgo de desarrollar síntomas graves si te infectas con la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19). Las personas que tienen casos graves de COVID-19 pueden requerir tratamiento en unidades de cuidados intensivos o incluso asistencia mecánica para respirar.

### Calidad de vida

La obesidad puede disminuir la calidad de vida en general. Es posible que no puedas hacer las actividades físicas de las que solías disfrutar. Tal vez evites los lugares públicos. Las personas con obesidad pueden incluso sufrir discriminación.

Otros problemas relacionados con el peso que pueden afectar tu calidad de vida son los siguientes:

- Depresión
- Discapacidad
- Vergüenza y culpa
- Aislamiento social
- Menor rendimiento en el trabajo

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

**EVIDENCIAS RECURSOS UTILIZADOS**



**VIDEO EDUCATIVO**





**MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES**

**MPG-03-F-04-3**

**GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO**

**FECHA**  
27/05/2021

**VERSIÓN**  
1

**ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN**

Página 6 de 9

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

**EVIDENCIAS DE FIRMAS**

Ladmedis		F-PYP-CE-40				
FORMATO CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS		FECHA: 07/07/2020	VERSION: 01			
CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS						
TEMA: Día Mundial de la Lucha Contra la Obesidad						
FECHA: 24 Septiembre - 2024						
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Informar y sensibilizar a la población general para prevenir y tratar el sobrepeso y la obesidad.						
RESPONSABLE: EUIBETH CARRERA TORRES / Enfermera Profesional.						
FECHA	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	EDAD	TELEFONO	EPS	FIRMA
24 - Septiembre - 2024	Nelly Yambé	37270183	46	3105243242	Coalsalu	Nelly Yambé
	Sandra Patricia Jarama	1.091.249.229	32	3115425132	nova eps	Sandra Patricia Jarama
	Andrés Rodríguez	37 217606	27	3126115428	sanitas	Andrés Rodríguez
	Alfonso Rojas	13451049	26	3005131434	sanitas	Alfonso Rojas
	Walter José Camacho	1005038610	24	3112345132	sanitas	Walter José Camacho
	Martha Patricia Rodríguez	1093791476	27	3113125413	nova eps	Martha Patricia Rodríguez
	Edelberto Torres	109345673	31	3146153554	sanitas	Edelberto Torres
	Yolanda Torres	170111091	23	3254241132	sanitas	Yolanda Torres
	Yolanda Torres	23484176	28	3002118175	sanitas	Yolanda Torres
	Leidy Mera	1.093.479.498	20	3113425375	sanitas	Leidy Mera
	Sandy Rodríguez	1090807821	27	3122534535	sanitas	Sandy Rodríguez
	Walter Torres	1092608395	20	3112153450	sanitas	Walter Torres
	Edna Patricia	26502767	48	3125143525	sanitas	Edna Patricia
	Humberto Lara	1009557259	22	3112152525	sanitas	Humberto Lara
	Yolanda Torres	1093781369	22	3005415341	sanitas	Yolanda Torres
	María Johana Velasco	1092001145	38	---	nova eps	María Johana Velasco
	Yolanda Torres	1090496994	28	---	sanitas	Yolanda Torres
	Yolanda Torres	1012344078	34	3112153453	sanitas	Yolanda Torres
	Yolanda Torres	1.090.408.069	35	3114153432	nova eps	Yolanda Torres
	Karen Daniela Delgado M.	1.090.516.089	26	3002167525	nova eps	Karen Daniela Delgado M.
Adriana Ramirez	1090494159	28	3002102291	Coalsalu	Adriana Ramirez	
Yolanda Torres	1122045391	27	3146133454	nova eps	Yolanda Torres	
Yolanda Torres	1093346924	27	3202153481	sanitas	Yolanda Torres	
Yolanda Torres	1090482358	27	3105425231	nova eps	Yolanda Torres	

Ladmedis		F-PYP-CE-40				
FORMATO CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS		FECHA: 07/07/2020	VERSION: 01			
CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS						
TEMA: Día Mundial de la Lucha contra la obesidad						
FECHA: 24-09-2024						
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Informar y sensibilizar a la población general para prevenir y tratar el sobrepeso y la obesidad.						
RESPONSABLE:						
FECHA	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	EDAD	TELEFONO	EPS	FIRMA
24-09-24	Yolanda Rosales Lobo Guillén	6756374	8	3074972194	sanitas	Yolanda Rosales
24-09-2024	Maile Guillén	1164673	25	3024722194	sanitas	Maile Guillén
24-09-2024	YUBY BILGARITA	7673762485	32	3908643769	sanitas	YUBY BILGARITA
24-09-2024	SAMARA BILGARITA	769205281	6	---	sanitas	SAMARA BILGARITA
24-09-2024	Yolanda Rosales Guerrero	603360732	41	3115217350	sanitas	Yolanda Rosales Guerrero
24-09-2024	Monseñor Arias	24638178	56	3112345132	sanitas	Monseñor Arias
24-09-2024	PAUL DODDLE GUEZ M	13495411	57	3114729062	sanitas	PAUL DODDLE GUEZ M
24-09-2024	Rocío Jácome García	60323358	56	3114729062	sanitas	Rocío Jácome García
24-09-2024	Reinaldo A. Sampedro	79455592	64	3074724444	sanitas	Reinaldo A. Sampedro
24-09-2024	Jhoan Adrian Rojas O	---	---	---	sanitas	Jhoan Adrian Rojas O
24-09-2024	Yolanda Torres	1091747215	33	3223000000	sanitas	Yolanda Torres
24-09-2024	William Pulgarín	1091975501	16	3223000000	sanitas	William Pulgarín
24-09-2024	Martha Ines Buleto	60349880	53	3201168969	sanitas	Martha Ines Buleto
24-09-2024	Yolanda Rosales	1093591434	49	3044691979	sanitas	Yolanda Rosales
24-09-2024	Yolanda Rosales	60301299	61	3115220816	sanitas	Yolanda Rosales
24-09-2024	Maribel Montano	1094768713	41	2714975454	sanitas	Maribel Montano
24-09-2024	Suleima Nolas Coronel	37374053	44	3918096874	sanitas	Suleima Nolas Coronel
24-09-2024	Yolanda Torres	1090484980	29	3162236314	sanitas	Yolanda Torres
24-09-2024	Yolanda Torres	1090482318	36	3100908116	sanitas	Yolanda Torres
24-09-2024	Yolanda Torres	404665316	56	3122427215	sanitas	Yolanda Torres
24-09-2024	Brigitte Sanchez Diaz	1090408459	27	3125950725	sanitas	Brigitte Sanchez Diaz
24-09-2024	Eva Sanchez	10900379210	79	3175818075	sanitas	Eva Sanchez
24-09-2024	Yolanda Torres	112351001	27	3239412194	sanitas	Yolanda Torres
24-09-2024	Yolanda Torres	77389738	53	3226632709	sanitas	Yolanda Torres



**MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES**

**MPG-03-F-04-3**

**GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO**

**FECHA**  
27/05/2021

**VERSIÓN**  
1

**ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN**

Página 7 de 9

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

Ladmedis		FORMATO CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS		F-PP-CE-40		
		FECHA: 07/07/2020		VERSION: 01		
CHARLA EDUCATIVA DIRIGIDA A USUARIOS						
TEMA: Día Mundial de la Lucha contra la obesidad						
FECHA: 24 - 09 - 2024						
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD: Informar y sensibilizar a la población general para prevenir y tratar el sobrepeso y la obesidad.						
RESPONSABLE:						
FECHA	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	EDAD	TELEFONO	EPS	FIRMA
24-09-2024	Yurley Vojaira Covado	100486221	22	3144324754	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Julioeth Orvino Medina	1093882139	20	3132827242	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Mariely Obispo	66.345.883	54	3187279481	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Luis Diego Casas	12269338	52	327243223	" "	[Firma]
24-09-2024	Hudimar Bonilla Restrepo	1127099759	22	311211330	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Nilly Cecilia Manrique	27.764.394	64	3239036921	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Paulina Castro	8.731.258	63	3233893241	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Luisa Marina Acevedo	30051457	44	3224771124	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Sandra Manrique Ortiz	37291313	40	3135520331	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Maria Carolina Lucero	60.448.637	39	3112672522	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Susana Velaz	1094161944	59	3224160848	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Maur Terezo	60.387552	46	3104127213	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Yanelda Haytze Infante	1090506124	72	3165125939	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Luisa Bulla	12222213	56	3102029267	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Josefa Rojas	60276216	60	3117354917	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Maria Castañeda J.	39.569.157	32	3212803801	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Mara Sorey Hernandez	1092019285	50	3107610713	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Kimberly Carolina Mora	1091321311	24	3145378155	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Luz Marina Amate	277.2565	40	302084122	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Lisleg Moncada	60.341.837	54	3204122389	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Sandra Quiroz Ponce	1090409482	37	3204122340	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Celso Saul Rojas Tabares	79327341	60	3177056690	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	SREP YACMINA Lopez	7092002824	8	3215259337	Sanitas	[Firma]
24-09-2024	Jesús María Morales	60313268	62	3024488326	Sanitas	[Firma]

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS**

SE REALIZO EDUCACION A LOS USUARIOS ASISTENTES A LADMEDIS IPS SOBRE LA LUCHA CONTRA LA OBESIDAD, LA IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FISICA PARA MEJORAR LA SALUD Y PREVENIR ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES, ESTRÉS, ALIMENTACIÓN BALANCEADA Y SANA.

DE IGUAL MANERA SE COLOCO VIDEOS INFORMATIVOS DANDO A CONOCER LA IMPORTANCIA DE LA DE LLEVAR ESTILOS DE VIDA SALUDABLES, EVITAR LA OBESIDAD Y COMO MANTENER UN CORAZON SANO.



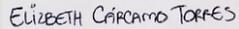
	<b>MANUAL DE PROCESOS GERENCIALES</b>	<b>MPG-03-F-04-3</b>	
	<b>GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO</b>	FECHA 27/05/2021	VERSIÓN 1
	<b>ELABORACIÓN Y EVALUACIÓN DE PLANES DE FORMACIÓN</b>	Página 9 de 9	

**INFORME DE EVENTO DE FORMACIÓN**

<b>METODOLOGÍA</b>	<b>RECURSOS</b>
EDUCACION	Humanos, logísticos y tecnológicos
<b>IMPACTO / RESULTADO ESPERADO</b>	
<b>MÉTODO / MECANISMO DE EVALUACIÓN DE EFICACIA</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preguntas o dudas de los usuarios y participación sobre el tema</li> </ul>	

**IMPACTO / RESULTADO OBTENIDO / OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES:**

---

<b>NOMBRE DEL RESPONSABLE:</b> Elizbeth Cárcamo Torres PROFESIONALE DE ENFERMERIA	<b>FIRMA DEL RESPONSABLE:</b>  PROFESIONALES DE ENFERMERIA
---	---