

# INFORME FINAL

Programa de educación sobre actividad física y alimentación en el mercado 27 de Febrero.

---

### 1 DATOS INFORMATIVOS DEL PROYECTO

1.1 **Programa de Vinculación:** 3 Salud y bienestar

1.2 **Campo amplio:** 09 Salud y bienestar

1.3 **Campo específico:** 091 Salud

1.4 **Campo detallado:** 0918 Salud Pública

1.5 **Línea de acción:** Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad.

Asistencia comunitaria

Educación continua

Servicios de apoyo de las estructuras académicas

Difusión y promoción cultural

Servicios y asesoramiento

1.6 **Nombre del proyecto:**

Programa de educación sobre actividad física y alimentación en el mercado 27 de Febrero.

1.7 **Carrera o unidad académica:**

Facultad de Medicina

1.8 **Equipo de Trabajo**

Dra. Miriam Mora, 0301625497 144 horas; Dr. Fabián Arturo Sanmartín 60horas; Tatiana Pupiales 64 Horas; Fernando Jara 320 horas.

#### DOCENTES PARTICIPANTES

Nombres y Apellidos	No. Cédula	Carrera	Número total de horas de Vinculación
Miriam Alexandra Mora Verdugo	0301625497	Doctor en Medicina y Cirugía, Especialista en Medicina Familiar, Magister en investigación de la Salud, Magister en Gerencia de Salud, PhD Ciencias Médicas	3h/semana por 12 meses= 144h de vinculación
Fabián Arturo Sanmartín Rodríguez	0103386263	Especialista en Medicina del Deporte	2h/semana por por 12 meses= 60 horas
Paola Marcela Crespo Riquitti	0103727509	Doctor en Medicina y Cirugía, Especialista en Medicina Familiar	No participó

#### ESTUDIANTES PARTICIPANTES

Nombres y apellidos	No. Cédula	Código de Estudiante	Carrera	Número total de horas de Vinculación
Paula Torres	0105545099		Medicina	24 horas

#### 1.9 Beneficiarios Directos e Indirectos

Directo/Indirecto	Cantidad	Descripción de persona/Grupo de Personas/Entidad	Beneficio Generado
Directo	152	Vendedoras, personal administrativo, clientes del mercado 27 de Febrero.	Asistencia médica, seguimiento, asesoría y consultoría dietética y deportiva. Mejoría y concientización del estado de salud.
Indirecto	Desconocido	Familias de las personas atendidas en el mercado 27 de Febrero	Mejoría del estado de salud familiar. Identificación de factores de riesgo médico.
Indirecto	3	Estudiantes y profesores de medicina	Práctica de sus conocimientos teóricos

#### 1.10 Plazo de Ejecución del Proyecto

12 meses

Fecha de inicio de Proyecto: 01/10/2022

Fecha de fin planeado: 30/09/2023

Fecha de fin real: 13/12/2023

## 2 RESUMEN DEL PROYECTO

### 2.1 Alcance territorial del proyecto

- Nacional
- Provincial
- Cantonal
- Parroquial
- Institucional
- Internacional

### 2.2 Objetivo General

Implementar un programa educativo sobre actividad física y alimentación saludable en las personas del mercado 27 de Febrero.

### 2.3 Objetivos Específicos

Evaluar el estado nutricional, actividad física y alimenticio de las personas del mercado 27 de febrero. Coordinar la referencia a los consultorios UDA Salud de las personas con problemas de salud o factores de riesgo para patologías. Desarrollar talleres con enfoque en la actividad física y alimentación para mejorar sus conocimientos y actitudes. Evaluar el estado nutricional, actividad física y alimenticio de las personas del mercado 27 de febrero luego de los talleres y atención médica.

### 2.4 Situación al inicio de la ejecución del proyecto

Personas que laboran en el mercado tanto hombres, mujeres y niños, no poseían conciencia de su estado de salud como tampoco disponían de las herramientas para mantener un estado de salud sano.

### 2.5 Situación actual de los beneficiarios

Posterior a la educación sobre actividad física y alimentación en las personas del mercado 27 de Febrero se evidencia mejoría en cuanto a conocimientos como conciencia de su estado de salud, en un grupo de personas de riesgo se observa aprenden acerca de la importancia de la consulta médica y seguimiento continuo.

#### 2.6 Descripción de las actividades realizadas durante la ejecución del proyecto

Actividad Planificada	Porcentaje de Cumplimiento	Fecha de Ejecución	Responsable de la Ejecución	Documento de Evidencia	Observaciones
Creación de la historia clínica.	100%	Desde 01/Oct/2022 al 02/Feb/2023	Fernando Jara.	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing</a>	
Toma de medidas antropométricas	96%	Desde 01/Oct/2022 al 02/Feb/2023	Fernando Jara	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing</a>	Pocas personas no deseaban ser tomadas una de las mediciones antropométricas
Coordinar referencias	100%	Desde 01/Oct/2022 al 02/Feb/2023	Dra. Miriam Mora	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing</a>	
Referir y atención en consultorios UDA Salud	10%	Desde 01/Oct/2022 al 02/Feb/2023	Dra. Miriam Mora	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing</a>	Algunas personas fueron al MSP y para ecografías a UDA Salud
Realización de encuestas para evaluar actividad física y alimentación	100%	Desde 01/Oct/2022 al 02/Feb/2023	Fernando Jara	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kgjA/edit?usp=sharing</a>	100% de atendidos se les realiza encuestas
Preparación y coordinación con las personas del mercado sobre el taller de actividad física	100%	Mayo – julio 2023	Dra. Miriam Mora, Dr. Fabian Sanmartín, Tatiana Pupiales	<a href="https://docs.google.com/document/d/1m-BBEgGdJAKLdQNBzCSjwTMB4HskhS1AYjt1dLLQGE/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/document/d/1m-BBEgGdJAKLdQNBzCSjwTMB4HskhS1AYjt1dLLQGE/edit?usp=sharing</a>	Poca colaboración por parte del personal administrativo y de vendedores del mercado

Realización de talleres en actividad física aplicación de pretest y postest	100%	Mayo – julio 2023	Dra. Miriam Mora, Dr. Fabian Sanmartín, Tatiana Pupiales Fernando Jara	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1PKAIDPuxiHr94-WP-TgdNDMJnNjiyo0-BYA6sYBVzh0/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1PKAIDPuxiHr94-WP-TgdNDMJnNjiyo0-BYA6sYBVzh0/edit?usp=sharing</a>	Poca colaboración por parte del personal administrativo y de vendedores del mercado. Baja asistencia
Realización de talleres en alimentación aplicación de pretest y postest	0%	Mayo – julio 2023	Dra. Miriam Mora, Tatiana Pupiales, Fernando Jara	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1PKAIDPuxiHr94-WP-TgdNDMJnNjiyo0-BYA6sYBVzh0/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1PKAIDPuxiHr94-WP-TgdNDMJnNjiyo0-BYA6sYBVzh0/edit?usp=sharing</a>	La profesional encargada no realizó la actividad por lo que se fusionó actividad física y alimentación saludable cuando se entregaba los refrigerios .
Toma de medidas antropométricas y realización de encuestas para evaluar actividad física y alimentación	96%	Desde 01/Oct/2022 al 02/Feb/2023	Fernando Jara	<a href="https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kqjA/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/spreadsheets/d/1-e6yyuv6DsnO7LW92UcHBcpUT5GYVJMYH8MkTy2kqjA/edit?usp=sharing</a>	Pocas personas no deseaban ser tomadas una de las mediciones antropométricas
Análisis y elaboración del informe final de los resultados	100%	Agosto – septiembre 2023	Dra. Miriam Mora, Fernando Jara	<a href="https://docs.google.com/document/d/1fHd1uYi5A33WDIAG_i3Eida2wkdfuhgagKbly9XAwU/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/document/d/1fHd1uYi5A33WDIAG_i3Eida2wkdfuhgagKbly9XAwU/edit?usp=sharing</a>	

### 3 VERIFICACIÓN DE RESULTADOS

#### 3.1 Impacto Generado

- Impacto Social
- Impacto Científico
- Impacto Económico
- Impacto Político
- Otro Impacto : SALUD

#### 3.2 Descripción de Impacto Generado

Mejora el conocimiento y las actitudes sobre actividad física y alimentación saludable de las personas adultas y niños del mercado 27 de febrero mediante talleres. También se evalúa el estado nutricional, se determina las realidades nutricionales a las que se enfrentan los trabajadores del mercado 27 de Febrero, como sus asistentes (clientes).

#### 3.3 Indicadores de Impacto - Métodos/Criterios de Medición

Nro. De Indicador	Descripción	Tipo	Método
1	Generación de una línea base del estado nutricional de las personas del mercado 27 de febrero	Cuantitativo	<i>Creación de una base de datos integrando toda la información recolectada por medio de las mediciones antropométricas y encuestas nutricionales, antes de la atención médica</i>
2	Atención a niños y adultos con problemas de salud o factores de riesgo para patologías	Cuantitativo	Historia clínica y número de personas atendidas en los consultorios.
3	Incremento en el conocimiento y actitudes sobre la importancia de la actividad física y una alimentación saludable	Cuantitativo	Pre y post test para evaluar sus conocimientos sobre alimentación

4	Cambios en el estado nutricional, alimenticio de las personas del mercado 27 de febrero	Cuantitativo	Base de datos integrando toda la información recolectada por medio de las mediciones antropométricas y encuestas nutricionales, después de la atención médica y talleres.
---	---	--------------	---

### 3.4 Resultados de los Indicadores de Impacto

En el siguiente link se evidencia los resultados de los indicadores de impacto expuestos en el punto anterior

[https://docs.google.com/document/d/1fHd1uYi5A33WDIAG\\_i3Eida2wkdfuhgagKbly9XAwU/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/document/d/1fHd1uYi5A33WDIAG_i3Eida2wkdfuhgagKbly9XAwU/edit?usp=sharing)

### 3.5 Matriz de verificación de indicadores de objetivos

Objetivo Específico	Indicador	Verificación		
		Resultado Planificado	Resultado Obtenido	Observaciones
Evaluar el estado nutricional y actividad física de las personas del mercado 27 de Febrero	# de personas con medidas antropométricas planificadas / # de personas con medidas antropométricas realizadas  # de personas con encuestas de actividad física planificadas/ # de personas con encuestas de	Estado nutricional y nivel de actividad física de los niños y adultos del mercado	Se evalúa a 152 personas, 152 se toman datos antropométricos, 152 son encuestadas de actividad física	Se realiza medidas antropométricas de acuerdo a la edad, al igual que las encuestas son adaptadas según su edad.

	actividad física realizadas			
Coordinar la referencia a los consultorios UDA Salud de las personas con problemas de salud o factores de riesgo para patologías.	# de referencias planificados/ # de referencias realizadas	Niños y adultos referidos y atendidos en los consultorios UDA Salud	28 personas eran candidatas a referencia, 10 son atendidos en consultorios UDA para ecografías	El resto de pacientes acudieron al MSP
Desarrollar talleres con enfoque en la actividad física y alimentación para mejorar sus conocimientos y actitudes	# de talleres planificados/ # de talleres realizadas	Mejora en el conocimiento y aptitudes frente a la alimentación	6 talleres planeados, se realizan 5 talleres.	El primer taller tuvo 0 asistencia debido a que el encargado del mercado no comunicó del mismo por cambio de coordinador, se cancela último taller debido a falta de compromiso por parte del personal administrativo del mercado el cual era nuevo y no apoyó en el desarrollo de los talleres.
Evaluar el estado nutricional, actividad física y alimenticio de las personas del mercado 27	# de personas con medidas antropométricas planificadas / # de personas con medidas	Estado nutricional y nivel de actividad física de los niños y adultos del mercado	De 152 personas se toman medidas antropométricas, 152 son evaluadas su estado de salud basándonos en IMC, circunferencia	5 personas no es valorable estado nutricional completo debido a negativo de toma de uno de

de febrero luego de los talleres y atención médica.	antropométricas realizadas  # de personas con encuestas de actividad física planificadas/ # de personas con encuestas de actividad física realizadas	después de la atención médica y talleres	abdominal, índice circunferencia/estatura	los estados antropométricos
---	---	---	--	--------------------------------

### 3.6 Resultados alcanzados / Productos obtenidos:

Se determinó el porcentaje de obesidad central, la falta de actividad física y alimentación inadecuada lo cual sirvió para elaborar los temas de los talleres educativos sobre actividad física y en la ejecución de los talleres se evidencia un aprendizaje en los asistentes.

#### 4 EJECUCIÓN PRESUPUESTARIA

### RESUMEN EJECUCIÓN PRESUPUESTARIA DEL PROYECTO

PRESUPUESTO REFERENCIAL			EGRESOS REALIZADOS					
N°	RUBROS	PRESUPUESTO	EGRESOS 2022	EGRESOS 2023	EGRESOS 2024	TOTAL EGRESOS	SALDO	% EJECUTADO
1	HONORARIOS	\$ 4.702,56	\$ 1.175,88	\$ 3.527,64	\$ 0,00	\$ 4.703,52	-\$ 0,96	100,02%
2	VIAJES TÉCNICOS	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	-
3	MAQUINARIA Y EQUIPOS	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	-
4	MATERIALES Y SUMINISTROS	\$ 109,50	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 0,00	\$ 109,50	0,00%
5	SUBCONTRATOS Y SERVICIOS	\$ 6.252,00	\$ 832,00	\$ 4.160,00	\$ 0,00	\$ 4.992,00	\$ 1.260,00	79,85%
<b>TOTAL COSTOS DIRECTOS</b>		<b>\$ 11.064,06</b>	<b>\$ 2.007,88</b>	<b>\$ 7.687,64</b>	<b>\$ 0,00</b>	<b>\$ 9.695,52</b>	<b>\$ 1.368,54</b>	<b>87,63%</b>
<b>COSTOS INDIRECTOS</b>		<b>\$ 2.766,02</b>	<b>\$ 501,97</b>	<b>\$ 1.921,91</b>	<b>\$ 0,00</b>	<b>\$ 2.423,88</b>	<b>\$ 342,14</b>	<b>87,63%</b>
<b>TOTAL EGRESOS</b>		<b>\$ 13.830,08</b>	<b>\$ 2.509,85</b>	<b>\$ 9.609,55</b>	<b>\$ 0,00</b>	<b>\$ 12.119,40</b>	<b>\$ 1.710,68</b>	<b>87,63%</b>

#### 5 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

##### 5.1 Conclusiones

La obesidad central es un problema que afecta a más del 80% de la población que labora en el mercado, la actividad física que realizan no es suficiente para convativir la obesidad debido al alto consumo de carbohidratos por parte de la población estudiada.

El conocimiento a corto plazo aumentó en el 100% de los participantes, lo cual evidencia que si se continuara trabajando en educación a la población se podría intervenir en la reducción de la obesidad.

##### 5.2 Recomendaciones

Fue una experiencia enriquecedora en cuanto al saber el estado de salud de esta población, la puesta en práctica de los conocimientos adquiridos por parte de los estudiantes. Se recomienda continuar

proyectos de vinculación con la comunidad, recomendándose proyectos en los cuales se planifique de una manera más personalizada en el área de la salud.

Un grave problema al que nos enfrentamos durante todo el proyecto fueron la poca colaboración de la administración del Mercado 27 de Febrero debido al cambio de autoridades lo cual dificultó el desarrollo del proyecto en su segunda etapa que era los talleres, las personas que laboran en el mercado mostraron aceptación para el proyecto pero por sus labores se les dificultaba asistir a los talleres ya que no podían dejar sus puestos de trabajo, es así que cuando se pasó por los puestos se pudo tomar las medidas antropométricas y signos vitales al 60% de las personas. El resto no deseaban porque no querían perder sus ventas.

#### Anexo 1:

<b>EVALUACIÓN A LOS ESTUDIANTES DEL PROYECTO</b>							
(Debe ser llenada por el docente responsable - evaluar a los estudiantes)							
Nomenclatura empleada: Excelente = 5 Muy bien = 4 Bien = 3 Regular = 2 Mal = 1							
Valoración		5	4	3	2	1	Observaciones
<b>Asistencia</b>	La asistencia de los alumnos fue:	X					
<b>Programación</b>	Cumplimiento de las fechas programadas	X					
	Cumplimiento con los horarios programados		X				
	Disponibilidad de tiempo para desarrollar las actividades		X				
<b>Nivel de satisfacción</b>	Calidad de las actividades desarrolladas		X				
	Cumplimiento de sus necesidades o expectativas	x					
	Satisfacción de la organización con la implementación del proyecto.	x					
	Comportamiento de los alumnos	x					

Firma Director proyecto:



#### Anexo 2:

<b>EVALUACIÓN DE LOS BENEFICIARIOS DEL PROYECTO</b>							
(Debe ser llenada por el representante o directivo de la organización o institución beneficiaria del proyecto)							
Nomenclatura empleada: Excelente = 5 Muy bien = 4 Bien = 3 Regular = 2 Mal = 1							
Valoración		5	4	3	2	1	Observaciones
<b>Asistencia</b>	La asistencia fue:	x					
<b>Programación</b>	Cumplimiento de las fechas programadas		X				
	Cumplimiento con los horarios programados		X				
	Disponibilidad de tiempo para desarrollar las actividades		X				
<b>Nivel de satisfacción</b>	Calidad de las actividades desarrolladas	X					
	Cumplimiento de sus necesidades o expectativas	x					
	Satisfacción de la organización con la implementación del proyecto.		x				
	Comportamiento de los alumnos		X				

Nombre: \_\_\_\_\_

F: \_\_\_\_\_

Cargo: \_\_\_\_\_

Sello

Lugar y Fecha: \_\_\_\_\_

**Anexo 3: Documentos que evidencia la entrega/socialización de los resultados del proyecto a los beneficiarios del mismo.**

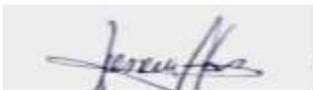
**Anexo 4: Firmas de asistencia de los estudiantes participantes en el proyecto.**

**Anexo 5: Fotografías**









Elaborado por: Dra. Miriann Mora

Revisado por:

Fecha de Entrega: 13/12/2023