

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 3	CÓDIGO: GEC-R-03

INFORME TÉCNICO DEL CENTRO DE RENDIMIENTO INTEGRAL TOLIMENSE, (CRIT) AREA DE FISIOTERAPIA

RESPONSABLE DEL INFORME	DANIEL RICARDO ANDRADE SILVA (FISIOTERAPEUTA)
EMAIL	DANIELANDRADE000@HOTMAIL.COM
PERIODO DEL INFORME	01 AL 30 DE SEPTIEMBRE DEL 2021

EVENTOS REALIZADOS O APOYADOS

Vuelta Al Sur Del Huila Y Tolima 2021

Municipio: Ibagué

Lugar: Carreteras del Departamento del Tolima y Huila, variante del aeropuerto en la ciudad de Ibagué; Neiva – Nátaga Huila y la Plata Huila – Pitalito Huila.

N. ° Asistentes: 10 Deportistas

Liga: Ciclismo del Tolima.

Se realiza el apoyo por parte del área de fisioterapia junto al médico deportólogo a la vuelta al sur del Huila y Tolima 2021 desde el 2 al 5 de septiembre del 2021; tuvo como recorrido en la 1 etapa circuito variante del aeropuerto en la ciudad de Ibagué 60 km. en la 2 etapa Ibagué- Neiva 198 km; 3 etapa Neiva – Nátaga Huila 121 km y 4 etapa la Plata Huila –Pitalito Huila 168 km, se realizaron las siguientes tareas:

Acompañamiento a los deportistas durante las diferentes etapas, atención primaria durante la competencia por caídas, hidratación a los deportistas durante competencia y se realizó atención inmediata a los deportistas lesionados en post-competencia, realizando dichas actividades de recuperación y descarga muscular.



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 2 de 3	CÓDIGO: GEC-R-03

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Se realiza el apoyo a la liga de Fútbol Sala Femenino a la copa FCF de fútbol interclubes 2021 los días 20,21,22 de septiembre del 2021 en el coliseo menor de la 42 con 5 en la Ciudad de Ibagué, **impactando 10 deportistas**, en el cual se realiza el acompañamiento presencial con atenciones previas a la competencia realizando un trabajo preventivo en las lesiones presentadas de manera aguda y crónica en las deportistas, empleando vendajes preventivos, agentes y medios físicos correspondientes a sus disfunciones articulares y por último se brinda atención primaria a las deportistas durante los partidos en caso de lesión.



ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

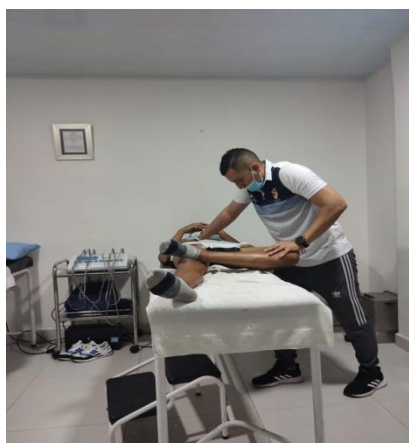
Se realiza visita de campo a la liga de Ultimate del Tolima el día 21 de septiembre del 2021 en el parque deportivo estadio alterno de Ibagué, **impactando 8 deportistas**, en el cual se realiza seguimiento de los atletas, se les habla acerca del método preventivo de lesiones durante la pre competencia y pos competencia y seguidamente se realiza el apoyo al médico deportólogo en la valoración inicial de los deportistas que requieren de la atención.



 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 3 de 3	CÓDIGO: GEC-R-03

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

Se realiza atención fisioterapéutica en consultorio en el área de fisioterapia ubicado en el CRIT del mes Septiembre del 2021 **impactando a 10 deportistas** de diferentes ligas, convencionales: Esgrima, Tenis de Mesa, levantamiento de pesas, futbol femenino, Bmx. No convencionales: Livitol. El objetivo de la atención está en recuperar y tratar todas aquellas lesiones que se han producido durante la práctica deportiva, con el fin de que el deportista pueda volver a practicar deporte lo antes posible.



Total, Población Impactada Grupos Regulares: 28 Deportistas

Total, Población Impactada Eventos: 10 Deportistas

TOTAL, GENERAL: 38 Deportistas



DANIEL RICARDO ANDRADE SILVA
Fisioterapeuta

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 4	CÓDIGO: GEC-R-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA CENTRO DE RENDIMIENTO INTEGRAL TOLIMENSE

RESPONSABLE DEL INFORME	MARIAN JULIANA BURGOS MORENO
EMAIL	Julianaburgos.fisio@hotmail.com
PERIODO DEL INFORME	30 de Agosto al 29 de Septiembre del 2021

ACTIVIDADES REALIZADAS (Grupos Regulares)

CONSULTORIO EN CAMPO

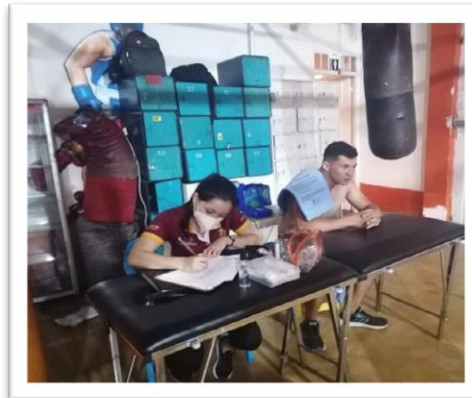
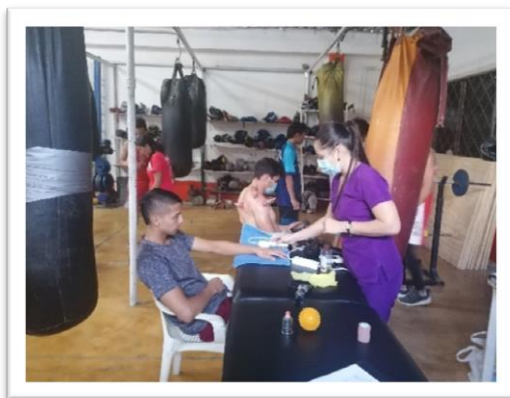
Municipio: Ibagué

Lugar: Gimnasio de boxeo barrio Galarza

N.º Asistentes: 13

Liga: Boxeo

Se realiza atención fisioterapéutica en campo a los deportistas que son remitidos por el servicio de medicina deportiva y que presentan lesiones asociadas al deporte.



TALLERES DE FISIOPROFILAXIS

Municipio: Ibagué

Lugar: Polideportivo Bocaneme

N.º Asistentes: 7

Liga: Lucha olímpica

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 2 de 4	CÓDIGO: GEC-R-03

Se socializa con los deportistas la importancia de una adecuada higiene personal y deportiva para minimizar los riesgos en salud, prevenir lesiones deportivas y maximizar el rendimiento.



Municipio: Ibagué

Lugar: Gimnasio de boxeo Barrio Galarza

N.º Asistentes: 9

Liga: Boxeo

Se realizó taller grupal en donde se ejecutaron diferentes estiramientos de forma individual y en parejas enfocados en el gesto deportivo.



Municipio: Ibagué

Lugar: Gimnasio de boxeo Barrio Galarza

N.º Asistentes: 6

Liga: Boxeo

Se llevó a cabo un taller grupal en donde se socializaron y realizaron ejercicios

Calle 18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 3 de 4	CÓDIGO: GEC-R-03

enfocados al CORE con el fin de prevenir lesiones deportivas.



Municipio: Ibagué

Lugar: Polideportivo Bocaneme

N.º Asistentes: 6

Liga: Lucha olímpica

Se llevo a cabo taller grupal de fisioprofilaxis en donde se socializo la estrategia del fortalecimiento del CORE involucrando elementos del gesto deportivo.



TALLERES DE FISIOPROFILAXIS (Grupos no regulares)

Municipio: Líbano

Lugar: Polideportivo

N.º Asistentes: 14

Liga: Para-esgrima

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 4 de 4	CÓDIGO: GEC-R-03

Se realizó visita de campo a los Paradeportista de la disciplina deportiva de paraesgrima en donde se socializó la estrategia de fisioprofilaxis Estiramiento con el fin de disminuir la incidencia de lesiones deportivas asociadas al deporte.



TOTAL, GENERAL: 55

Marian J. Burgos Mf.

**Firma Fisioterapeuta
Marian Juliana Burgos Moreno**

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 1	CÓDIGO: GEC-R-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA CENTRO DE RENDIMIENTO INTEGRAL TOLIMENSE ÁREA BIOMÉDICA

RESPONSABLE DEL INFORME	JHOANNA ANDREA OLAYA SALAZAR
EMAIL	Jhoanna.fisioterapeuta@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	1 de Septiembre a 30 de Septiembre de 2021

Lugar: CRIT, Indeportes

N.º Asistentes: 38

Liga: Todas las ligas



En el instituto CRIT, INDEPORTES, se da inicio a todas las intervenciones de fisioterapia de todos los deportistas de todas las ligas, realizando atención individualizada con aquellos que son remitidos por medicina del deporte. se tienen en cuenta todas las medidas de bioseguridad impuestas por el instituto antes, durante y después de cada sesión, una vez iniciada la sesión se inicia con firma de consentimiento informado y apertura de historia clínica según sea dado el caso, se realiza valoración inicial fisioterapéutica para su posterior plan de tratamiento, allí se implementa en la terapia la aplicación de medios físicos, medios cinéticos, fortalecimiento, estiramiento, manipulación manual y mecánica y especificaciones según sea dado el caso médico. se le da fin a la intervención sin ninguna eventualidad o eventos adversos.

TOTAL, GENERAL: 38

Jhoanna Andrea Olaya Salazar.

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 1 de 6	CÓDIGO: GEC-R-03

INFORME TÉCNICO PROGRAMA

RESPONSABLE DEL INFORME	María Alejandra Gaitán Saavedra
EMAIL	mgaitansaavedra@gmail.com
PERIODO DEL INFORME	01 al 30 de Septiembre del 2021.

ACTIVIDADES REALIZADAS (GRUPOS REGULARES)

ACTIVIDAD 1: Realizar sesiones de prevención y recuperación de la funcionalidad en el Centro de rendimiento integral Tolimense de los deportistas que se encuentren en procesos biológicos de recuperaciones de lesiones, mediante la aplicación de tratamientos a través de medios físicos, electrónicos, mecánicos, hídricos, manuales, y ejercicios terapéuticos con técnicas especiales.

Municipio: Ibagué

Lugar: Indeportes Tolima (Área Biomédica Servicio De Fisioterapia)

N. ° Asistentes: 33 deportistas

Liga: Voleibol piso, karate do, Tenis de mesa, esgrima, para-natación, polo acuático, natación, patinaje.

Se realiza atención fisioterapéutica en consultorio el mes de Septiembre del 2021 a 31 deportistas convencionales y 1 deportista no convencional, de diferentes ligas apoyadas por Indeportes Tolima; por protocolo y aforo institucional en el servicio de fisioterapia solo se agenda un deportista cada cuarenta minutos en el horario de la mañana de 08:00 am a 12:00 m, o de 2:00 a 6:00 pm de lunes a viernes. Como objetivo de la atención está: recuperar y tratar todas aquellas lesiones producidas y/o asociadas a la práctica deportiva, con el fin de que el deportista pueda volver a practicar deporte lo antes posible.



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 2 de 6	CÓDIGO: GEC-R-03

ACTIVIDAD 2: Acompañar y apoyar las jornadas de prevención presenciales o virtuales, que se realicen en favor de los deportistas Tolimenses de acuerdo con la programación, que haga la coordinación del área de las ciencias aplicadas y la dirección deportiva y recreativa de Indeportes Tolima

Municipio: Ibagué, Tolima

Vereda o Comuna: No aplica

Lugar: Liga Esgrima Tolima Parque Deportivo.

Nº Asistentes: 8 deportistas.

Liga: Esgrima.

Se realiza visita a la liga el día 8 de Septiembre, realizando taller de fisioprofilaxis enfocada en propiocepción de tobillo en bases estables progresivas a deportistas de la categoría juvenil y mayores, educando al deportista en la importancia de desarrollar estas capacidades. **Se logra impactar un total de 8 deportistas con esta actividad**



ACTIVIDAD 3: Acompañar y apoyar las jornadas de prevención presenciales o virtuales, que se realicen en favor de los deportistas Tolimenses de acuerdo con la programación, que haga la coordinación del área de las ciencias aplicadas y la dirección deportiva y recreativa de Indeportes Tolima

Municipio: Ibagué, Tolima

Vereda o Comuna: No aplica

Lugar: Club Campestre de Ibagué

Nº Asistentes: 6 deportistas.

Liga: Tenis de campo

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 3 de 6	CÓDIGO: GEC-R-03

Se realiza visita a la liga de tenis de campo el día 10 de Septiembre, realizando recuperación post competencia a 6 deportistas de la categoría juvenil, que participaron el campeonato municipal desarrollado anteriormente en la ciudad. La sesión de descarga muscular se basó en aplicación de electroestimulación, diferentes técnicas y métodos de liberación muscular, y estiramientos. **Se logra impactar un total de 6 deportistas con esta actividad**



ACTIVIDAD 4: Acompañar y apoyar las jornadas de prevención presenciales o virtuales, que se realicen en favor de los deportistas Tolimenses de acuerdo con la programación, que haga la coordinación del área de las ciencias aplicadas y la dirección deportiva y recreativa de Indeportes Tolima

Municipio: Ibagué, Tolima

Vereda o Comuna: No aplica

Lugar: Cancha de tejo chispazo

Nº Asistentes: 8 deportistas.

Liga: Tejo

Se realiza visita a la liga el día 12 de Septiembre, realizando taller de fisioprofilaxis FIFA Shoulder a deportistas de la categoría mayores, educando al deportista en la importancia de desarrollar fortalecimiento muscular de miembros superiores para potenciar y mejorar capacidades físicas y desarrollo de gesto deportivo. **Se logra impactar un total de 8 deportistas con esta actividad**

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 4 de 6	CÓDIGO: GEC-R-03



ACTIVIDAD 5: Acompañar y apoyar las jornadas de prevención presenciales o virtuales, que se realicen en favor de los deportistas Tolimenses de acuerdo con la programación, que haga la coordinación del área de las ciencias aplicadas y la dirección deportiva y recreativa de Indeportes Tolima

Municipio: Ibagué, Tolima

Vereda o Comuna: No aplica

Lugar: Estadio alterno parque deportivo

Nº Asistentes: 8 deportistas.

Liga: Ultimate femenino y Masculino

Se realiza visita a la liga el día 28 de Septiembre, realizando taller de fisioprofilaxis en Estiramiento y Flexibilidad a deportistas de la categoría mayores de ultimate femenino y masculino, educando al deportista en la importancia de desarrollar fortalecimiento muscular de miembros superiores para potenciar y mejorar capacidades físicas y desarrollo de gesto deportivo. **Se logra impactar un total de 8 deportistas con esta actividad**



Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 5 de 6	CÓDIGO: GEC-R-03

ACTIVIDAD 6: Realizar visitas técnicas de forma presencial o virtual, a las sesiones de trabajo que hacen los entrenadores, monitores y preparadores físicos que prestan sus servicios al Instituto departamental de deportes del Tolima

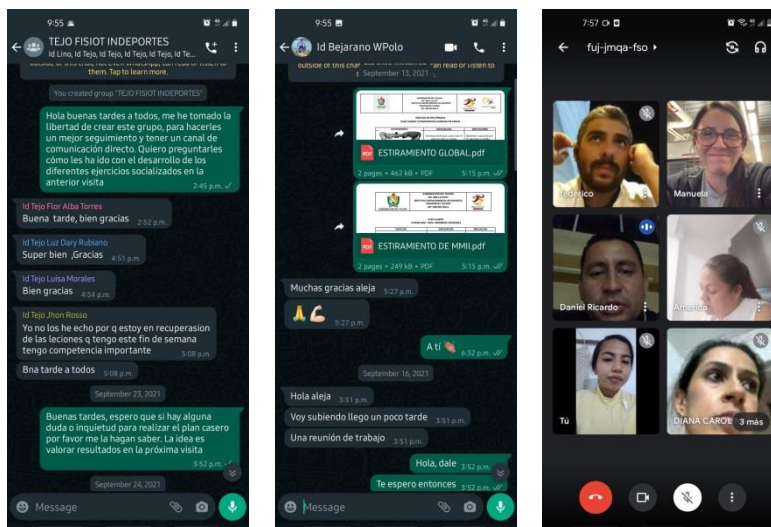
Municipio: Ibagué, Tolima

Vereda o Comuna: No aplica

Nº Asistentes: 12 deportistas

Liga: Tejo, Polo acuático, Natación, karate do.

Se realiza entrega y seguimiento de planes caseros vía whatsapp a 8 deportistas categoría mayores de selección de tejo, 1 deportista de polo acuático, 1 deportista de natación, 1 deportista de karate do. **Brindando atención y servicio a 12 deportistas.**



ACTIVIDADES REALIZADAS (GRUPOS NO REGULARES)

ACTIVIDAD 1: Apoyar y acompañar de forma presencial o virtual, los programas, eventos deportivos y recreativos que desarrolle y ejecute el Instituto departamental de deportes Tolima

Municipio: Libano, Tolima

Vereda o Comuna: No aplica

Lugar: Sede liga de patinaje Libano Strong

N.º Asistentes: 23 deportistas

Liga: Patinaje Libano Strong

Calle18 # 7-30 B/Interlaken. Teléfonos : 2794850 – 2794851

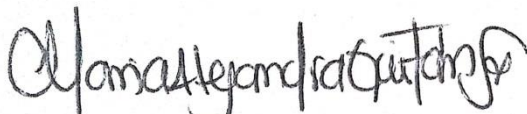
Ibagué -Tolima - indeportestolima@gmail.com

 GOBERNACIÓN DEL TOLIMA	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DE COMUNICACIONES			 INDEPORTES TOLIMA
	FORMULACIÓN Y SEGUIMIENTO PLAN DE DESARROLLO			
VERSIÓN: 00	RESPONSABLE: GERENTE	FECHA: 22/06/2021	PÁGINA 6 de 6	CÓDIGO: GEC-R-03

Se realiza taller de fisioprofilaxis en flexibilidad y estiramientos con práctica asistida de sesión global completa de estiramiento técnica de Stretchin 3 repeticiones sosteniendo 20 segundos por cada grupo muscular intervenido. Se resuelven dudas e inquietudes frente al tema a deportistas y entrenadores. **Para un total de 23 deportistas impactados.**



TOTAL, GENERAL: 104 Deportistas.



Maria Alejandra Gaitán S.
FISIOTERAPEUTA CRIT.