

	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN		CÓDIGO: INS-PD-001
			VERSIÓN: 01
	PROCESO	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DEL DESARROLLO	PÁG. 1 DE 7
	FORMATO ÚNICO DE CARGUE DE INFORMACIÓN-EJECUTOR TOLIMA		VIGENTE DESDE: 28/06/2022

FORMATO ÚNICO DE CARGUE

CÓDIGO DE META	NOMBRE DE LA META	INDICADOR DE PRODUCTO	TIPO DE INDICADOR
P1S43MP11	Brindar atención integral a la población tolimese desde las ciencias aplicadas al deporte. "Por un Deporte Seguro" beneficiando a 10000 personas	Número de personas atendidos con medicina especializada	Acumulada

META PROGRAMADA VIGENCIA	AVANCE A LA FECHA*	META CUATRIENIO
2.660	6213	10000

– *: De acuerdo a la unidad de medida del indicador de la meta.

Dependencia responsable: INDEPORTES TOLIMA

Fecha del reporte: 17-06-2025

Periodo de reporte: (01/01/2025 – 30/06/2025)

TIPO DE SOPORTE	
FOTOGRAFICO	X
VIDEO	
CONTRATO / CONVENIO	
ACTA	
OFICIO	X
OTRO ¿CUÁL?	

Beneficiados: (Especifique por tipo de beneficiarios y enumera cuántos son / solo si aplica)

BENEFICIADOS	CUANTOS
PERSONAS	2519
FAMILIAS	0
MUNICIPIOS	5
INSTITUCIONES EDUCATIVAS	14
HOSPITALES	0
ASOCIACIONES	0
OTRO ¿CUÁL?	0

Enfoque diferencial y territorial: (Especifique de acuerdo al enfoque diferencial y territorial para los beneficiados y enumera cuántos son / solo si aplica)

	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN		CÓDIGO: INS-PD-001
			VERSIÓN: 01
	PROCESO	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DEL DESARROLLO	PÁG. 2 DE 7
	FORMATO ÚNICO DE CARGUE DE INFORMACIÓN-EJECUTOR TOLIMA		VIGENTE DESDE: 28/06/2022

ENFOQUE DIFERENCIAL Y TERRITORIAL	CATEGORÍA	CUANTOS
TERRITORIAL	URBANO	2411
	RURAL	108
ÉTNICO	INDÍGENA	0
	AFRO	5
	RROM	3
SEXO	HOMBRE	1331
	MUJER	1188
CICLO VITAL	(0 – 5 AÑOS)	0
	(6 – 11 AÑOS)	135
	(12-17 AÑOS)	1493
	(18 A 28 AÑOS)	393
	(29 A 59 AÑOS)	339
	(MAYOR DE 60 AÑOS)	159
OTRAS SITUACIONES DIFERENCIALES	PERSONAS CON DISCAPACIDAD	57
	VÍCTIMAS DEL CONFLICTO	0
	JEFATURA DE HOGAR	0
	EXTREMA POBREZA	0
	DESMOVLIZADO	0
	LGBTIQ+	0
	CARCELARIA	0

Nota: Se debe aclarar que la suma del total de beneficiarios no equivale al total de la población con enfoque diferencial, ya que un beneficiario puede pertenecer a más de un enfoque diferencial.

1. REPORTE DE ACTIVIDADES:

Describe y desglose las actividades adelantadas, para el cumplimiento de los bienes y servicios establecidos en la meta, enumérelas y en dicha descripción deberá poder verificarse: las principales actividades realizadas, los bienes y servicios generados y que contribuyen al cumplimiento de la meta.

No.	ACTIVIDAD
	Entre el 01/01/2025 y el 30/06/2025 desde el Centro de Rendimiento Integral Tolimense (CRIT), se han brindado 2519 atenciones especializadas a deportistas pertenecientes a diversas ligas del departamento. Estas intervenciones, que integran áreas como la psicología, fisioterapia y medicina deportiva, han permitido garantizar procesos efectivos de

	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN		CÓDIGO: INS-PD-001
			VERSIÓN: 01
	PROCESO	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DEL DESARROLLO	PÁG. 3 DE 7
	FORMATO ÚNICO DE CARGUE DE INFORMACIÓN-EJECUTOR TOLIMA		VIGENTE DESDE: 28/06/2022

recuperación, fortalecimiento físico y bienestar mental para los atletas tolimeses.

El número total de atenciones supera al de deportistas beneficiados, ya que un mismo atleta puede recibir múltiples servicios, especialmente en los procesos de rehabilitación. La atención prestada se discrimina de la siguiente manera: medicina deportiva 171, fisioterapia deportiva 64, psicología deportiva 2176 y nutrición deportiva 108.

Este importante esfuerzo en pro del desarrollo deportivo del departamento ha contado con una inversión superior a los **\$220.646.665 de pesos**, destinados al fortalecimiento integral del talento tolimese mediante la aplicación de ciencias del deporte.

En ese sentido, en el **total de la vigencia 2025**, a través del programa “Por un Deporte Seguro”, se han brindado **3262 atenciones especializadas** con una inversión de **\$819.739.996**.

Entre las ligas atendidas en el Centro de Ciencias Aplicadas se encuentran:

Actividades Subacuáticas	Lucha	Futcinco Sonoro
Ajedrez	Motociclismo	Futsala Auditivo
Atletismo	Muai Thai	Futsala Cognitivo
Baloncesto	Natación Carreras	Para Atletismo Cognitivo
Billar	Patinaje	Para Atletismo Físico
BMX	Polo Acuático	Para Powerlifting
Boxeo	Rugby	Para triatlón Voleibol Piso
Ciclismo Mtb	Sávate	Voleibol Playa
Ciclismo Down Hill	Softbol	Whushu Kunfu
Ciclismo Ruta	Taekwondo	Para ajedrez Auditivo
Esgrima	Tejo	Para ajedrez Visual
Fútbol	Tenis De Campo	Para ajedrez Físico
Futsalon	Tenis De Mesa	Para Esgrima
Gimnasia	Triatlón	Para natación
Golf	Ultimate	Para tenis De Mesa
Hapkido	Fútbol Playa	Tenis De Campo Adaptado
Judo	Futsala	Patinaje Artístico
Karate Do	Baloncesto Cogç	Futbol 5 Para Ciegos
Levantamiento de Pesas	Ciclismo Auditivo	

La atención y acompañamiento a dichos deportistas desde el área de ciencias aplicadas es fundamental para garantizar su rendimiento óptimo, bienestar integral y desarrollo sostenible dentro del sistema deportivo regional.

	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN		CÓDIGO: INS-PD-001
			VERSIÓN: 01
	PROCESO	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DEL DESARROLLO	PÁG. 4 DE 7
	FORMATO ÚNICO DE CARGUE DE INFORMACIÓN-EJECUTOR TOLIMA		VIGENTE DESDE: 28/06/2022

1. Medicina deportiva

La medicina deportiva permite **prevenir, diagnosticar y tratar lesiones** derivadas de la práctica deportiva. En el contexto tolímense —donde muchos atletas provienen de zonas con acceso limitado a servicios especializados— su presencia asegura:

- **Evaluaciones médicas previas y de seguimiento** que determinan la aptitud física del deportista.
- **Tratamientos oportunos** que evitan la cronificación de lesiones musculoesqueléticas.
- **Monitoreo del rendimiento y la recuperación** mediante exámenes fisiológicos y bioquímicos.

Esto contribuye a mantener la continuidad del entrenamiento y a **reducir el ausentismo competitivo**.

2. Fisioterapia deportiva

La fisioterapia deportiva se centra en la **recuperación funcional y la readaptación al esfuerzo físico**. Su importancia radica en:

- Aplicar técnicas preventivas como estiramientos, fortalecimiento muscular y control postural.
- Facilitar la **rehabilitación personalizada** tras lesiones, optimizando tiempos de recuperación.
- Educar al deportista en hábitos de autocuidado y ergonomía deportiva.

Así, se protege la inversión institucional en talento deportivo y se mejora la **longevidad deportiva**.

3. Psicología deportiva

El componente psicológico es decisivo en el rendimiento. La psicología deportiva aporta:

- **Manejo del estrés, ansiedad y presión competitiva**, especialmente en deportistas jóvenes.
- Fortalecimiento de la **motivación, resiliencia y enfoque mental** en el entrenamiento y la competencia.
- Apoyo emocional en procesos de derrota, lesiones o cambios de categoría.

Esto favorece una **salud mental estable y un clima emocional positivo** dentro de los equipos tolímenses.

	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN		CÓDIGO: INS-PD-001
			VERSIÓN: 01
	PROCESO	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DEL DESARROLLO	PÁG. 5 DE 7
	FORMATO ÚNICO DE CARGUE DE INFORMACIÓN-EJECUTOR TOLIMA		VIGENTE DESDE: 28/06/2022

4. Nutrición deportiva

La nutrición deportiva garantiza que los atletas dispongan de la **energía y los nutrientes necesarios** según la disciplina, edad y etapa de entrenamiento. Su rol incluye:

- Elaboración de **planes alimentarios** que optimicen la masa muscular y el rendimiento.
- Educación en **hábitos alimenticios saludables**, esenciales en regiones con desigualdades nutricionales.
- Apoyo en la **recuperación postcompetencia y en la prevención del sobreentrenamiento**.

La articulación entre medicina, fisioterapia, psicología y nutrición conforma un **ecosistema interdisciplinario de alto rendimiento**. En el caso del Tolima:

- Promueve la **profesionalización del deporte regional**.
- Reduce costos derivados de lesiones y bajo rendimiento.
- Contribuye al **bienestar biopsicosocial del deportista**.





**GOBERNACIÓN DEL TOLIMA SISTEMA INTEGRADO DE
GESTIÓN**

**CÓDIGO:
INS-PD-001**

VERSIÓN: 01

PROCESO

**PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DEL
DESARROLLO**

PÁG. 6 DE 7

**FORMATO ÚNICO DE CARGUE DE INFORMACIÓN-
EJECUTOR TOLIMA**

**VIGENTE DESDE:
28/06/2022**



	GOBERNACIÓN DEL TOLIMA SISTEMA INTEGRADO DE GESTIÓN		CÓDIGO: INS-PD-001
			VERSIÓN: 01
	PROCESO	PLANEACIÓN ESTRATÉGICA Y DEL DESARROLLO	PÁG. 7 DE 7
	FORMATO ÚNICO DE CARGUE DE INFORMACIÓN-EJECUTOR TOLIMA		VIGENTE DESDE: 28/06/2022

4. LOCALIZACIÓN (inversión focalizada)

- *: solo si aplica.
- RP*: registro presupuestal.

5. Evidencias

Se anexa Formato de seguimiento.



BIVIANA ROCIO ROMERO AVILA

Directora Deportiva y Recreativa
Indeportes Tolima

Revisado por: Carlos Mauro Perdomo – Coordinador oficina de Planeación
Elaborado por: Sandra Milena Peña – Contratista de Apoyo
Cargado por: Secretaría de Planeación Prospectiva y Tic's