



GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA
República de Colombia



2026030738806

Fecha Radicado: 2026-09-18 08:02:07.0

Medellín, 18/09/2026

CIRCULAR

PARA: Secretarías de Educación de municipios no certificados en educación

DE: Secretaría de Educación, Dirección de Calidad y Trayectorias Educativas

ASUNTO: Semana de Hábitos y Estilos de Vida Saludable 2026

Cordial saludo,

Para la Secretaría de Educación de Antioquia es muy importante contribuir al fortalecimiento, promoción y sensibilización de la salud mediante la adopción de hábitos y estilos de vida saludable. En tal sentido, invita a las Secretarías de Educación de los municipios no certificados a unirse a la Semana de Hábitos y Estilos de Vida Saludable que se llevará a cabo del 21 al 27 de septiembre de 2026. Lo anterior, de acuerdo con lo establecido en el artículo 20 de la Ley 1355 de 2009, y a los lineamientos enviados desde la Subdirección de Enfermedades No Transmisibles, Dirección de Determinantes Sociales, Promoción y Prevención del Ministerio de Salud y Protección Social.

Esta iniciativa busca fortalecer la adopción de prácticas alrededor de los siguientes ejes temáticos contemplados en los lineamientos nacionales:

- Alimentación saludable.
- Actividad física.
- Bienestar emocional.
- Sueño y descanso.
- Prevención del consumo de tabaco y alcohol.
- Autocuidado y preparación.

En este marco, la Secretaría de Educación de Antioquia propone una estrategia de



Centro Administrativo Departamental José María Córdova (La Alpujarra)
Calle 42 B No. 52 - 106 - Línea de Atención a la Ciudadanía: 604 409 9000
Medellín - Colombia.



SC4887-1





comunicación y movilización dirigida las Secretarías de Educación y comunidades educativas, con el propósito de promover la reflexión sobre el cuidado de la salud y la incorporación de hábitos saludables en la vida cotidiana; a través de la realización de las actividades que se relacionan a continuación:

- **Movilidad Activa:** se sugiere realizar una caminata, paseo en bicicleta o rumba aeróbica en la cual se resalte la importancia de promover espacios y estilos de vida saludable en la cotidianidad.
- **Tiendas Escolares:** se sugiere realizar una sensibilización a la comunidad educativa incluyendo las tiendas escolares sobre: la importancia de reducir la ingesta de bebidas azucaradas, así como también, la de hidratarse de manera saludable y resaltar los beneficios de tener una buena hidratación para la salud.
- **Pedagogía en Aula:** Se sugieren la realización de talleres para los estudiantes sobre la higiene del sueño, gestión del estrés y promoción de entornos 100% libres de humo de tabaco y vapeo.

Es preciso anotar que las actividades propuestas son orientadoras y no deben interferir en la prestación del servicio educativo.

Adicionalmente, se proponen otras actividades complementarias que pueden articularse a los ejes temáticos y al cronograma que disponga cada Secretaría para la Semana.

1. “Haz una pausa”: realización de pausas activas de corta duración durante la jornada escolar y laboral.
2. “Elige tu hábito”: instalación de un punto de participación donde los estudiantes, docentes y directivos, puedan seleccionar el hábito que desean fortalecer. La persona selecciona un hábito y adquiere un compromiso personal para mantenerlo durante la Semana y posteriormente. Se propone como opciones las siguientes:





- Alimentarme mejor.
- Moverme más.
- Cuidar mi bienestar emocional.
- Dormir mejor.
- Tomar más agua.
- Cuidar mi salud.

3. Muro “Cuidarme significa...”: se dispondrá un espacio participativo para completar la frase “Cuidarme significa...” y los participantes podrán escribir respuestas breves.

Para las Secretarías de Educación de los municipios no certificados que realicen actividades con las instituciones educativas durante la semana de Hábitos y Estilos de Vida Saludable enviarán sus evidencias a través del correo electrónico publicareduccion@antioquia.gov.co

Los contenidos serán difundidos a través de Instagram, Facebook, X, Canal de WhatsApp de la Secretaría y otros canales institucionales, buscando facilitar su circulación entre la comunidad educativa del departamento.

Para el envío de dichas evidencias se recomienda seguir las siguientes recomendaciones:

- a) Registro fotográfico: enviar fotografías claras y representativas de las actividades realizadas, procurando que evidencien la participación de los estudiantes y el desarrollo de la actividad.
- b) Registro audiovisual: cuando sea posible, compartir videos cortos que permitan mostrar la dinámica de las actividades y testimonios breves de lo aprendido, entre otras. Se recomienda que sean grabados en formato vertical, especialmente si pueden ser utilizados posteriormente en redes sociales.
- c) Se solicita acompañar las evidencias con una breve descripción que incluya: municipio, institución educativa, fecha de realización, actividad desarrollada, tema abordado, número aproximado de participantes y especificar si son estudiantes, docentes, directivos docentes, familias u otros integrantes de la comunidad educativa.





GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA
República de Colombia



2026030738806

Fecha Radicado: 2026-09-18 08:02:07.0

Sobre el particular, procurar que las fotografías y videos tengan buena iluminación, enfoque y sonido, evitando materiales borrosos o con información que dificulte su identificación.

Así mismo, verificar que el uso y envío de las imágenes de estudiantes se realice de acuerdo con las autorizaciones y protocolos aplicables en cada institución.

Cordialmente,

DAVID RESTREPO LONDONO
Director de Calidad y Trayectorias Educativas.
Secretaria de Educación.
Gobernación de Antioquia.

Proyecto: ANA MILENA VILLA CATANO – Profesional Universitario
Aprobó: ANGELA MARIA ORTEGA SEGURA – Profesional Universitario



Centro Administrativo Departamental José María Córdova (La Alpujarra)
Calle 42 B No. 52 - 106 - Línea de Atención a la Ciudadanía: 604 409 9000
Medellín - Colombia.



SC4887-1

