

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 1 de 6

1. DATOS GENERALES
Fecha: 17/01/2023
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro día Casa de la Sabiduría Rincón - Suba
Proyecto de inversión 7770 “compromiso con el envejecimiento activo y una Bogotá cuidadora e incluyente” de la secretaría distrital de integración social.
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación:
<u>Nutricionista</u> - Angela Beatriz Rodríguez Romero <u>Acompañante en actividades físicas y de intervención social</u> - Daniel Felipe Osorio Neisa <u>Acompañantes en actividades cognitivas y productivas</u> - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño <u>Técnicas en auxiliar de enfermería</u> - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:
<p>En la UPZ 28 – Rincón encontramos un gran numero de personas mayores que pasan por dificultades a nivel económico, emocional, de interacción, manejo del tiempo libre y en un porcentaje mayor al 30% sufren de soledad, por lo que al traer un programa que les brinda la posibilidad de salir de sus hogares, cambiar la rutina y ampliar sus redes sociales facilita su inclusión a la sociedad y el fortalecimiento de diferentes aspectos como la emocionalidad, la nutrición, actividad física y manejo de sus patologías de manera más consciente; es por ello que la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad se hace un pilar fundamental del servicio social que prestamos a la comunidad a partir de actividades dinámicas, participativas y de construcción común.</p>
Grupo/s interactivo/s:
<p>Dentro de los grupos de trabajo que se implementaran, se encuentran personas mayores de 60 años de edad, en un porcentaje mayor al 50% tienen dificultades a nivel económico, más del 75% no laboran y manejan un nivel educativo que oscila entre analfabetismo, primaria y secundaria sin culminar. En su gran mayoría son de sexo femenino.</p>
Identificación participativa de la necesidad:
<p>Las temáticas escogidas en común acuerdo con los profesionales que las impartirán, están asociadas a la falta de ingresos, soledad de las personas mayores, alimentación inadecuada y falta de actividad física que sin duda llevan a tener problemas asociados</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
	FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 2 de 6

<p align="center">2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA</p> <p>con la emocionalidad, desmotivación y autoestima. De allí la importancia de trabajar el autocuidado, cuidado por el otro, proyecto de vida, manejo de emociones, actividad física con sus beneficios y en algún momento si es posible hacer la inclusión familiar.</p> <p>Entornos: Individual <u>X</u>, Familiar <u>X</u>, Institucional, ____, Comunitario <u>X</u></p> <p>Tema:</p> <p>Dentro del diagnostico de necesidades realizado con la población, se determinó que las temáticas a trabajar son:</p> <p>Lavado de manos Proyecto de vida Capacidades condicionales Violencias Signos vitales El cuidado de sí y el cuidado de los otros Diseñando el plato saludable de la familia colombiana Orientación temporo - espacial. Lateralidad y segmentación corporal</p>
--

<p align="center">3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA</p> <p>Alcance de la estrategia IEC:</p> <p>Dentro de la estrategia de información, educación y comunicación se inicio con el levantamiento del diagnostico a partir de la caracterización de la población, el reconocimiento de sus historias personales y la entrevista inicial al llegar al servicio. A continuación, se desarrolló la formulación de las temáticas a trabajar socializándolas con las personas mayores para su aprobación, en la actualidad se esta en el proceso de implementación constante, retroalimentación y quizá modificación de las temáticas principales.</p> <p>Objetivos:</p> <p>Demostrar a las personas mayores la importancia del autocuidado, por medio de talleres participativos y prácticos que den cuenta la necesidad de estar bien consigo mismo y poder brindar ayuda a los demás.</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 3 de 6

Enumerar los cambios físicos y psicológicos que puede tener una persona mayor cuidadora, como manejarlos y permitir que reconozcan sus necesidades para saber cuándo pedir apoyo y mejorar su calidad de vida.

Promover una alimentación saludable, nutrición y actividad física en la población atendida, dando a conocer los beneficios y perjuicios de ciertos tipos de alimentos y prácticas alimentarias en pro de mejorar su calidad de vida.

Explicar a las personas mayores la importancia que tienen las buenas prácticas de actividad física en el ámbito social, psicológico, familiar, espiritual etc. que mejoran sus relaciones y calidad de vida.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información:

La construcción de las actividades se baso en las siguientes fuentes de información:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/42-ultimas-noticias/3519-caja-de-herramientas-nutricion>

Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital 2010 - 2025

Atención integral para personas mayores: disminuyendo la discriminación y la segregación socioeconómica

En educación:

Las practicas colaborativas desarrollan en las personas mayores un mayor grado de consciencia frente a su situación personal, incluyendo capacidades, necesidades y cambios que debe implementar, el compartir experiencias a modo de tertulia invita a reflexionar sobre el otro llevando incluso a la discusión temática que deja claramente aprendizajes y motiva al cambio.

En comunicación:

Mediante actividades lúdicas, participativas y voluntarias se promueve en las personas mayores el aprendizaje de las diferentes temáticas desarrolladas, explicar claramente los beneficios que se obtienen al realizar cambios en dinámicas, rutinas, alimentación,

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</p> <p>SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL</p>	<p>PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL</p> <p>FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA</p>	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 4 de 6

relaciones interpersonales e intrapersonales despeja el panorama y deja al descubierto lo realmente importante para el cuidado de la salud física y mental.

Mensajes:

“Activa tu cuerpo, activa tu vida”

“Identifica el sodio que te afecta el mundo”

“Tus emociones hablan, escúchalas y responde”

“Signos y síntomas, identifícalos fácilmente”

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Tertulia alimentaria	Las personas mayores realizan una tertulia alrededor de como ha sido el cambio de alimentación con el pasar del tiempo.	Escuchar a los demás y nuestras propias historias permite la reflexión constante.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Proyecta tu vida	Mediante la evaluación de sus vidas y las posibilidades de realizar nuevos proyectos se plasma en	La identificación de necesidades personales, gustos y motivaciones generan un	Hojas Plumones Colores Esferos Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 5 de 6

	hojas de papel los proyectos de vida individuales.	avance individual y social.		
Signos vitales	Con la practica de la toma de signos vitales, las personas mayores identifican sus propios ritmos y los signos de alarma.	Reconocer los signos de alerta para evitar complicaciones medicas es indispensable para el autocuidado.	Hojas Colores Esferos Marcadores Pintura Tijeras Sillas Mesas Plumones	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Actividad física al parque	El traslado de las personas mayores a espacios abiertos para la practica de actividad física, permite conocer su cuerpo, limitaciones y el entorno que poseen.	El movimiento disminuye los niveles de sedentarismo y crea hábitos de vida saludables.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

4. EVALUACIÓN

Las actividades que se han logrado desarrollar con las personas mayores que pertenecen al servicio social, han sido de gran agrado tanto para los participantes como para los profesionales que las impartimos, la satisfacción del deber cumplido, el agradecimiento, la participación activa, las ganas de no terminar el encuentro y las felicitaciones al finalizar; nos dejan claro que cada persona mayor se lleva algo de la actividad y lo replicara en sus hogares como un aprendizaje.

Y claramente la manera más fácil de identificar la situación previa y posterior radica en los comentarios positivos de las personas mayores y la identificación de practicas saludables después de las actividades.

Elaborado por:

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <hr/> SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 6 de 6

Nutricionista - Angela Beatriz Rodríguez Romero

Acompañante en actividades físicas y de intervención social - Daniel Felipe Osorio Neisa

Acompañantes en actividades cognitivas y productivas - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño

Técnicas en auxiliar de enfermería - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 1 de 6

1. DATOS GENERALES
Fecha: 17/01/2023
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro día Casa de la Sabiduría Rincón - Suba
Proyecto de inversión 7770 “compromiso con el envejecimiento activo y una Bogotá cuidadora e incluyente” de la secretaría distrital de integración social.
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación:
<u>Nutricionista</u> - Angela Beatriz Rodríguez Romero <u>Acompañante en actividades físicas y de intervención social</u> - Daniel Felipe Osorio Neisa <u>Acompañantes en actividades cognitivas y productivas</u> - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño <u>Técnicas en auxiliar de enfermería</u> - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:
<p>En la UPZ 28 – Rincón encontramos un gran numero de personas mayores que pasan por dificultades a nivel económico, emocional, de interacción, manejo del tiempo libre y en un porcentaje mayor al 30% sufren de soledad, por lo que al traer un programa que les brinda la posibilidad de salir de sus hogares, cambiar la rutina y ampliar sus redes sociales facilita su inclusión a la sociedad y el fortalecimiento de diferentes aspectos como la emocionalidad, la nutrición, actividad física y manejo de sus patologías de manera más consciente; es por ello que la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad se hace un pilar fundamental del servicio social que prestamos a la comunidad a partir de actividades dinámicas, participativas y de construcción común.</p>
Grupo/s interactivo/s:
<p>Dentro de los grupos de trabajo que se implementaran, se encuentran personas mayores de 60 años de edad, en un porcentaje mayor al 50% tienen dificultades a nivel económico, más del 75% no laboran y manejan un nivel educativo que oscila entre analfabetismo, primaria y secundaria sin culminar. En su gran mayoría son de sexo femenino.</p>
Identificación participativa de la necesidad:
<p>Las temáticas escogidas en común acuerdo con los profesionales que las impartirán, están asociadas a la falta de ingresos, soledad de las personas mayores, alimentación inadecuada y falta de actividad física que sin duda llevan a tener problemas asociados</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
	FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 2 de 6

<p align="center">2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA</p> <p>con la emocionalidad, desmotivación y autoestima. De allí la importancia de trabajar el autocuidado, cuidado por el otro, proyecto de vida, manejo de emociones, actividad física con sus beneficios y en algún momento si es posible hacer la inclusión familiar.</p> <p>Entornos: Individual <u>X</u>, Familiar <u>X</u>, Institucional, ____, Comunitario <u>X</u></p> <p>Tema:</p> <p>Dentro del diagnostico de necesidades realizado con la población, se determinó que las temáticas a trabajar son:</p> <p>Lavado de manos Proyecto de vida Capacidades condicionales Violencias Signos vitales El cuidado de sí y el cuidado de los otros Diseñando el plato saludable de la familia colombiana Orientación temporo - espacial. Lateralidad y segmentación corporal</p>

<p align="center">3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA</p> <p>Alcance de la estrategia IEC:</p> <p>Dentro de la estrategia de información, educación y comunicación se inicio con el levantamiento del diagnostico a partir de la caracterización de la población, el reconocimiento de sus historias personales y la entrevista inicial al llegar al servicio. A continuación, se desarrolló la formulación de las temáticas a trabajar socializándolas con las personas mayores para su aprobación, en la actualidad se esta en el proceso de implementación constante, retroalimentación y quizá modificación de las temáticas principales.</p> <p>Objetivos:</p> <p>Demostrar a las personas mayores la importancia del autocuidado, por medio de talleres participativos y prácticos que den cuenta la necesidad de estar bien consigo mismo y poder brindar ayuda a los demás.</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 3 de 6

Enumerar los cambios físicos y psicológicos que puede tener una persona mayor cuidadora, como manejarlos y permitir que reconozcan sus necesidades para saber cuándo pedir apoyo y mejorar su calidad de vida.

Promover una alimentación saludable, nutrición y actividad física en la población atendida, dando a conocer los beneficios y perjuicios de ciertos tipos de alimentos y prácticas alimentarias en pro de mejorar su calidad de vida.

Explicar a las personas mayores la importancia que tienen las buenas prácticas de actividad física en el ámbito social, psicológico, familiar, espiritual etc. que mejoran sus relaciones y calidad de vida.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información:

La construcción de las actividades se baso en las siguientes fuentes de información:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/42-ultimas-noticias/3519-caja-de-herramientas-nutricion>

Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital 2010 - 2025

Atención integral para personas mayores: disminuyendo la discriminación y la segregación socioeconómica

En educación:

Las practicas colaborativas desarrollan en las personas mayores un mayor grado de consciencia frente a su situación personal, incluyendo capacidades, necesidades y cambios que debe implementar, el compartir experiencias a modo de tertulia invita a reflexionar sobre el otro llevando incluso a la discusión temática que deja claramente aprendizajes y motiva al cambio.

En comunicación:

Mediante actividades lúdicas, participativas y voluntarias se promueve en las personas mayores el aprendizaje de las diferentes temáticas desarrolladas, explicar claramente los beneficios que se obtienen al realizar cambios en dinámicas, rutinas, alimentación,

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 4 de 6

relaciones interpersonales e intrapersonales despeja el panorama y deja al descubierto lo realmente importante para el cuidado de la salud física y mental.

Mensajes:

“Activa tu cuerpo, activa tu vida”

“Identifica el sodio que te afecta el mundo”

“Tus emociones hablan, escúchalas y responde”

“Signos y síntomas, identifícalos fácilmente”

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Tertulia alimentaria	Las personas mayores realizan una tertulia alrededor de como ha sido el cambio de alimentación con el pasar del tiempo.	Escuchar a los demás y nuestras propias historias permite la reflexión constante.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Proyecta tu vida	Mediante la evaluación de sus vidas y las posibilidades de realizar nuevos proyectos se plasma en	La identificación de necesidades personales, gustos y motivaciones generan un	Hojas Plumones Colores Esferos Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 5 de 6

	hojas de papel los proyectos de vida individuales.	avance individual y social.		
Signos vitales	Con la practica de la toma de signos vitales, las personas mayores identifican sus propios ritmos y los signos de alarma.	Reconocer los signos de alerta para evitar complicaciones medicas es indispensable para el autocuidado.	Hojas Colores Esferos Marcadores Pintura Tijeras Sillas Mesas Plumones	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Actividad física al parque	El traslado de las personas mayores a espacios abiertos para la practica de actividad física, permite conocer su cuerpo, limitaciones y el entorno que poseen.	El movimiento disminuye los niveles de sedentarismo y crea hábitos de vida saludables.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

4. EVALUACIÓN

Las actividades que se han logrado desarrollar con las personas mayores que pertenecen al servicio social, han sido de gran agrado tanto para los participantes como para los profesionales que las impartimos, la satisfacción del deber cumplido, el agradecimiento, la participación activa, las ganas de no terminar el encuentro y las felicitaciones al finalizar; nos dejan claro que cada persona mayor se lleva algo de la actividad y lo replicara en sus hogares como un aprendizaje.

Y claramente la manera más fácil de identificar la situación previa y posterior radica en los comentarios positivos de las personas mayores y la identificación de practicas saludables después de las actividades.

Elaborado por:

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <hr/> SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 6 de 6

Nutricionista - Angela Beatriz Rodríguez Romero

Acompañante en actividades físicas y de intervención social - Daniel Felipe Osorio Neisa

Acompañantes en actividades cognitivas y productivas - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño

Técnicas en auxiliar de enfermería - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 1 de 6

1. DATOS GENERALES
Fecha: 17/01/2023
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro día Casa de la Sabiduría Rincón - Suba
Proyecto de inversión 7770 “compromiso con el envejecimiento activo y una Bogotá cuidadora e incluyente” de la secretaría distrital de integración social.
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación:
<u>Nutricionista</u> - Angela Beatriz Rodríguez Romero <u>Acompañante en actividades físicas y de intervención social</u> - Daniel Felipe Osorio Neisa <u>Acompañantes en actividades cognitivas y productivas</u> - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño <u>Técnicas en auxiliar de enfermería</u> - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:
<p>En la UPZ 28 – Rincón encontramos un gran numero de personas mayores que pasan por dificultades a nivel económico, emocional, de interacción, manejo del tiempo libre y en un porcentaje mayor al 30% sufren de soledad, por lo que al traer un programa que les brinda la posibilidad de salir de sus hogares, cambiar la rutina y ampliar sus redes sociales facilita su inclusión a la sociedad y el fortalecimiento de diferentes aspectos como la emocionalidad, la nutrición, actividad física y manejo de sus patologías de manera más consciente; es por ello que la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad se hace un pilar fundamental del servicio social que prestamos a la comunidad a partir de actividades dinámicas, participativas y de construcción común.</p>
Grupo/s interactivo/s:
<p>Dentro de los grupos de trabajo que se implementaran, se encuentran personas mayores de 60 años de edad, en un porcentaje mayor al 50% tienen dificultades a nivel económico, más del 75% no laboran y manejan un nivel educativo que oscila entre analfabetismo, primaria y secundaria sin culminar. En su gran mayoría son de sexo femenino.</p>
Identificación participativa de la necesidad:
<p>Las temáticas escogidas en común acuerdo con los profesionales que las impartirán, están asociadas a la falta de ingresos, soledad de las personas mayores, alimentación inadecuada y falta de actividad física que sin duda llevan a tener problemas asociados</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
	FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 2 de 6

<p align="center">2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA</p> <p>con la emocionalidad, desmotivación y autoestima. De allí la importancia de trabajar el autocuidado, cuidado por el otro, proyecto de vida, manejo de emociones, actividad física con sus beneficios y en algún momento si es posible hacer la inclusión familiar.</p> <p>Entornos: Individual <u>X</u>, Familiar <u>X</u>, Institucional, ____, Comunitario <u>X</u></p> <p>Tema:</p> <p>Dentro del diagnostico de necesidades realizado con la población, se determinó que las temáticas a trabajar son:</p> <p>Lavado de manos Proyecto de vida Capacidades condicionales Violencias Signos vitales El cuidado de sí y el cuidado de los otros Diseñando el plato saludable de la familia colombiana Orientación temporo - espacial. Lateralidad y segmentación corporal</p>
--

<p align="center">3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA</p> <p>Alcance de la estrategia IEC:</p> <p>Dentro de la estrategia de información, educación y comunicación se inicio con el levantamiento del diagnostico a partir de la caracterización de la población, el reconocimiento de sus historias personales y la entrevista inicial al llegar al servicio. A continuación, se desarrolló la formulación de las temáticas a trabajar socializándolas con las personas mayores para su aprobación, en la actualidad se esta en el proceso de implementación constante, retroalimentación y quizá modificación de las temáticas principales.</p> <p>Objetivos:</p> <p>Demostrar a las personas mayores la importancia del autocuidado, por medio de talleres participativos y prácticos que den cuenta la necesidad de estar bien consigo mismo y poder brindar ayuda a los demás.</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 3 de 6

Enumerar los cambios físicos y psicológicos que puede tener una persona mayor cuidadora, como manejarlos y permitir que reconozcan sus necesidades para saber cuándo pedir apoyo y mejorar su calidad de vida.

Promover una alimentación saludable, nutrición y actividad física en la población atendida, dando a conocer los beneficios y perjuicios de ciertos tipos de alimentos y prácticas alimentarias en pro de mejorar su calidad de vida.

Explicar a las personas mayores la importancia que tienen las buenas prácticas de actividad física en el ámbito social, psicológico, familiar, espiritual etc. que mejoran sus relaciones y calidad de vida.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información:

La construcción de las actividades se baso en las siguientes fuentes de información:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/42-ultimas-noticias/3519-caja-de-herramientas-nutricion>

Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital 2010 - 2025

Atención integral para personas mayores: disminuyendo la discriminación y la segregación socioeconómica

En educación:

Las practicas colaborativas desarrollan en las personas mayores un mayor grado de consciencia frente a su situación personal, incluyendo capacidades, necesidades y cambios que debe implementar, el compartir experiencias a modo de tertulia invita a reflexionar sobre el otro llevando incluso a la discusión temática que deja claramente aprendizajes y motiva al cambio.

En comunicación:

Mediante actividades lúdicas, participativas y voluntarias se promueve en las personas mayores el aprendizaje de las diferentes temáticas desarrolladas, explicar claramente los beneficios que se obtienen al realizar cambios en dinámicas, rutinas, alimentación,

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 4 de 6

relaciones interpersonales e intrapersonales despeja el panorama y deja al descubierto lo realmente importante para el cuidado de la salud física y mental.

Mensajes:

“Activa tu cuerpo, activa tu vida”

“Identifica el sodio que te afecta el mundo”

“Tus emociones hablan, escúchalas y responde”

“Signos y síntomas, identifícalos fácilmente”

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Tertulia alimentaria	Las personas mayores realizan una tertulia alrededor de como ha sido el cambio de alimentación con el pasar del tiempo.	Escuchar a los demás y nuestras propias historias permite la reflexión constante.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Proyecta tu vida	Mediante la evaluación de sus vidas y las posibilidades de realizar nuevos proyectos se plasma en	La identificación de necesidades personales, gustos y motivaciones generan un	Hojas Plumones Colores Esferos Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 5 de 6

	hojas de papel los proyectos de vida individuales.	avance individual y social.		
Signos vitales	Con la practica de la toma de signos vitales, las personas mayores identifican sus propios ritmos y los signos de alarma.	Reconocer los signos de alerta para evitar complicaciones medicas es indispensable para el autocuidado.	Hojas Colores Esferos Marcadores Pintura Tijeras Sillas Mesas Plumones	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Actividad física al parque	El traslado de las personas mayores a espacios abiertos para la practica de actividad física, permite conocer su cuerpo, limitaciones y el entorno que poseen.	El movimiento disminuye los niveles de sedentarismo y crea hábitos de vida saludables.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

4. EVALUACIÓN

Las actividades que se han logrado desarrollar con las personas mayores que pertenecen al servicio social, han sido de gran agrado tanto para los participantes como para los profesionales que las impartimos, la satisfacción del deber cumplido, el agradecimiento, la participación activa, las ganas de no terminar el encuentro y las felicitaciones al finalizar; nos dejan claro que cada persona mayor se lleva algo de la actividad y lo replicara en sus hogares como un aprendizaje.

Y claramente la manera más fácil de identificar la situación previa y posterior radica en los comentarios positivos de las personas mayores y la identificación de practicas saludables después de las actividades.

Elaborado por:

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <hr/> SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 6 de 6

Nutricionista - Angela Beatriz Rodríguez Romero

Acompañante en actividades físicas y de intervención social - Daniel Felipe Osorio Neisa

Acompañantes en actividades cognitivas y productivas - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño

Técnicas en auxiliar de enfermería - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 1 de 6

1. DATOS GENERALES
Fecha: 17/01/2023
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro día Casa de la Sabiduría Rincón - Suba
Proyecto de inversión 7770 “compromiso con el envejecimiento activo y una Bogotá cuidadora e incluyente” de la secretaría distrital de integración social.
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación: <u>Nutricionista</u> - Angela Beatriz Rodríguez Romero <u>Acompañante en actividades físicas y de intervención social</u> - Daniel Felipe Osorio Neisa <u>Acompañantes en actividades cognitivas y productivas</u> - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño <u>Técnicas en auxiliar de enfermería</u> - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable: En la UPZ 28 – Rincón encontramos un gran numero de personas mayores que pasan por dificultades a nivel económico, emocional, de interacción, manejo del tiempo libre y en un porcentaje mayor al 30% sufren de soledad, por lo que al traer un programa que les brinda la posibilidad de salir de sus hogares, cambiar la rutina y ampliar sus redes sociales facilita su inclusión a la sociedad y el fortalecimiento de diferentes aspectos como la emocionalidad, la nutrición, actividad física y manejo de sus patologías de manera más consciente; es por ello que la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad se hace un pilar fundamental del servicio social que prestamos a la comunidad a partir de actividades dinámicas, participativas y de construcción común.
Grupo/s interactivo/s: Dentro de los grupos de trabajo que se implementaran, se encuentran personas mayores de 60 años de edad, en un porcentaje mayor al 50% tienen dificultades a nivel económico, más del 75% no laboran y manejan un nivel educativo que oscila entre analfabetismo, primaria y secundaria sin culminar. En su gran mayoría son de sexo femenino.
Identificación participativa de la necesidad: Las temáticas escogidas en común acuerdo con los profesionales que las impartirán, están asociadas a la falta de ingresos, soledad de las personas mayores, alimentación inadecuada y falta de actividad física que sin duda llevan a tener problemas asociados

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 2 de 6

<p align="center">2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA</p> <p>con la emocionalidad, desmotivación y autoestima. De allí la importancia de trabajar el autocuidado, cuidado por el otro, proyecto de vida, manejo de emociones, actividad física con sus beneficios y en algún momento si es posible hacer la inclusión familiar.</p> <p>Entornos: Individual <u>X</u>, Familiar <u>X</u>, Institucional, ____, Comunitario <u>X</u></p> <p>Tema:</p> <p>Dentro del diagnostico de necesidades realizado con la población, se determinó que las temáticas a trabajar son:</p> <p>Lavado de manos Proyecto de vida Capacidades condicionales Violencias Signos vitales El cuidado de sí y el cuidado de los otros Diseñando el plato saludable de la familia colombiana Orientación temporo - espacial. Lateralidad y segmentación corporal</p>
--

<p align="center">3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA</p> <p>Alcance de la estrategia IEC:</p> <p>Dentro de la estrategia de información, educación y comunicación se inicio con el levantamiento del diagnostico a partir de la caracterización de la población, el reconocimiento de sus historias personales y la entrevista inicial al llegar al servicio. A continuación, se desarrolló la formulación de las temáticas a trabajar socializándolas con las personas mayores para su aprobación, en la actualidad se esta en el proceso de implementación constante, retroalimentación y quizá modificación de las temáticas principales.</p> <p>Objetivos:</p> <p>Demostrar a las personas mayores la importancia del autocuidado, por medio de talleres participativos y prácticos que den cuenta la necesidad de estar bien consigo mismo y poder brindar ayuda a los demás.</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 3 de 6

Enumerar los cambios físicos y psicológicos que puede tener una persona mayor cuidadora, como manejarlos y permitir que reconozcan sus necesidades para saber cuándo pedir apoyo y mejorar su calidad de vida.

Promover una alimentación saludable, nutrición y actividad física en la población atendida, dando a conocer los beneficios y perjuicios de ciertos tipos de alimentos y prácticas alimentarias en pro de mejorar su calidad de vida.

Explicar a las personas mayores la importancia que tienen las buenas prácticas de actividad física en el ámbito social, psicológico, familiar, espiritual etc. que mejoran sus relaciones y calidad de vida.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información:

La construcción de las actividades se baso en las siguientes fuentes de información:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/42-ultimas-noticias/3519-caja-de-herramientas-nutricion>

Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital 2010 - 2025

Atención integral para personas mayores: disminuyendo la discriminación y la segregación socioeconómica

En educación:

Las practicas colaborativas desarrollan en las personas mayores un mayor grado de consciencia frente a su situación personal, incluyendo capacidades, necesidades y cambios que debe implementar, el compartir experiencias a modo de tertulia invita a reflexionar sobre el otro llevando incluso a la discusión temática que deja claramente aprendizajes y motiva al cambio.

En comunicación:

Mediante actividades lúdicas, participativas y voluntarias se promueve en las personas mayores el aprendizaje de las diferentes temáticas desarrolladas, explicar claramente los beneficios que se obtienen al realizar cambios en dinámicas, rutinas, alimentación,

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 4 de 6

relaciones interpersonales e intrapersonales despeja el panorama y deja al descubierto lo realmente importante para el cuidado de la salud física y mental.

Mensajes:

“Activa tu cuerpo, activa tu vida”

“Identifica el sodio que te afecta el mundo”

“Tus emociones hablan, escúchalas y responde”

“Signos y síntomas, identifícalos fácilmente”

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Tertulia alimentaria	Las personas mayores realizan una tertulia alrededor de como ha sido el cambio de alimentación con el pasar del tiempo.	Escuchar a los demás y nuestras propias historias permite la reflexión constante.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Proyecta tu vida	Mediante la evaluación de sus vidas y las posibilidades de realizar nuevos proyectos se plasma en	La identificación de necesidades personales, gustos y motivaciones generan un	Hojas Plumones Colores Esferos Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 5 de 6

	hojas de papel los proyectos de vida individuales.	avance individual y social.		
Signos vitales	Con la practica de la toma de signos vitales, las personas mayores identifican sus propios ritmos y los signos de alarma.	Reconocer los signos de alerta para evitar complicaciones medicas es indispensable para el autocuidado.	Hojas Colores Esferos Marcadores Pintura Tijeras Sillas Mesas Plumones	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Actividad física al parque	El traslado de las personas mayores a espacios abiertos para la practica de actividad física, permite conocer su cuerpo, limitaciones y el entorno que poseen.	El movimiento disminuye los niveles de sedentarismo y crea hábitos de vida saludables.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

4. EVALUACIÓN

Las actividades que se han logrado desarrollar con las personas mayores que pertenecen al servicio social, han sido de gran agrado tanto para los participantes como para los profesionales que las impartimos, la satisfacción del deber cumplido, el agradecimiento, la participación activa, las ganas de no terminar el encuentro y las felicitaciones al finalizar; nos dejan claro que cada persona mayor se lleva algo de la actividad y lo replicara en sus hogares como un aprendizaje.

Y claramente la manera más fácil de identificar la situación previa y posterior radica en los comentarios positivos de las personas mayores y la identificación de practicas saludables después de las actividades.

Elaborado por:

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <hr/> SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 6 de 6

Nutricionista - Angela Beatriz Rodríguez Romero

Acompañante en actividades físicas y de intervención social - Daniel Felipe Osorio Neisa

Acompañantes en actividades cognitivas y productivas - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño

Técnicas en auxiliar de enfermería - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 1 de 6

1. DATOS GENERALES
Fecha: 17/01/2023
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro día Casa de la Sabiduría Rincón - Suba
Proyecto de inversión 7770 “compromiso con el envejecimiento activo y una Bogotá cuidadora e incluyente” de la secretaría distrital de integración social.
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación:
<u>Nutricionista</u> - Angela Beatriz Rodríguez Romero <u>Acompañante en actividades físicas y de intervención social</u> - Daniel Felipe Osorio Neisa <u>Acompañantes en actividades cognitivas y productivas</u> - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño <u>Técnicas en auxiliar de enfermería</u> - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:
<p>En la UPZ 28 – Rincón encontramos un gran numero de personas mayores que pasan por dificultades a nivel económico, emocional, de interacción, manejo del tiempo libre y en un porcentaje mayor al 30% sufren de soledad, por lo que al traer un programa que les brinda la posibilidad de salir de sus hogares, cambiar la rutina y ampliar sus redes sociales facilita su inclusión a la sociedad y el fortalecimiento de diferentes aspectos como la emocionalidad, la nutrición, actividad física y manejo de sus patologías de manera más consciente; es por ello que la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad se hace un pilar fundamental del servicio social que prestamos a la comunidad a partir de actividades dinámicas, participativas y de construcción común.</p>
Grupo/s interactivo/s:
<p>Dentro de los grupos de trabajo que se implementaran, se encuentran personas mayores de 60 años de edad, en un porcentaje mayor al 50% tienen dificultades a nivel económico, más del 75% no laboran y manejan un nivel educativo que oscila entre analfabetismo, primaria y secundaria sin culminar. En su gran mayoría son de sexo femenino.</p>
Identificación participativa de la necesidad:
<p>Las temáticas escogidas en común acuerdo con los profesionales que las impartirán, están asociadas a la falta de ingresos, soledad de las personas mayores, alimentación inadecuada y falta de actividad física que sin duda llevan a tener problemas asociados</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 2 de 6

<p align="center">2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA</p> <p>con la emocionalidad, desmotivación y autoestima. De allí la importancia de trabajar el autocuidado, cuidado por el otro, proyecto de vida, manejo de emociones, actividad física con sus beneficios y en algún momento si es posible hacer la inclusión familiar.</p> <p>Entornos: Individual <u>X</u>, Familiar <u>X</u>, Institucional, ____, Comunitario <u>X</u></p> <p>Tema:</p> <p>Dentro del diagnostico de necesidades realizado con la población, se determinó que las temáticas a trabajar son:</p> <p>Lavado de manos Proyecto de vida Capacidades condicionales Violencias Signos vitales El cuidado de sí y el cuidado de los otros Diseñando el plato saludable de la familia colombiana Orientación temporo - espacial. Lateralidad y segmentación corporal</p>
--

<p align="center">3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA</p> <p>Alcance de la estrategia IEC:</p> <p>Dentro de la estrategia de información, educación y comunicación se inicio con el levantamiento del diagnostico a partir de la caracterización de la población, el reconocimiento de sus historias personales y la entrevista inicial al llegar al servicio. A continuación, se desarrolló la formulación de las temáticas a trabajar socializándolas con las personas mayores para su aprobación, en la actualidad se esta en el proceso de implementación constante, retroalimentación y quizá modificación de las temáticas principales.</p> <p>Objetivos:</p> <p>Demostrar a las personas mayores la importancia del autocuidado, por medio de talleres participativos y prácticos que den cuenta la necesidad de estar bien consigo mismo y poder brindar ayuda a los demás.</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 3 de 6

Enumerar los cambios físicos y psicológicos que puede tener una persona mayor cuidadora, como manejarlos y permitir que reconozcan sus necesidades para saber cuándo pedir apoyo y mejorar su calidad de vida.

Promover una alimentación saludable, nutrición y actividad física en la población atendida, dando a conocer los beneficios y perjuicios de ciertos tipos de alimentos y prácticas alimentarias en pro de mejorar su calidad de vida.

Explicar a las personas mayores la importancia que tienen las buenas prácticas de actividad física en el ámbito social, psicológico, familiar, espiritual etc. que mejoran sus relaciones y calidad de vida.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información:

La construcción de las actividades se baso en las siguientes fuentes de información:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/42-ultimas-noticias/3519-caja-de-herramientas-nutricion>

Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital 2010 - 2025

Atención integral para personas mayores: disminuyendo la discriminación y la segregación socioeconómica

En educación:

Las practicas colaborativas desarrollan en las personas mayores un mayor grado de consciencia frente a su situación personal, incluyendo capacidades, necesidades y cambios que debe implementar, el compartir experiencias a modo de tertulia invita a reflexionar sobre el otro llevando incluso a la discusión temática que deja claramente aprendizajes y motiva al cambio.

En comunicación:

Mediante actividades lúdicas, participativas y voluntarias se promueve en las personas mayores el aprendizaje de las diferentes temáticas desarrolladas, explicar claramente los beneficios que se obtienen al realizar cambios en dinámicas, rutinas, alimentación,

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 4 de 6

relaciones interpersonales e intrapersonales despeja el panorama y deja al descubierto lo realmente importante para el cuidado de la salud física y mental.

Mensajes:

“Activa tu cuerpo, activa tu vida”

“Identifica el sodio que te afecta el mundo”

“Tus emociones hablan, escúchalas y responde”

“Signos y síntomas, identifícalos fácilmente”

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Tertulia alimentaria	Las personas mayores realizan una tertulia alrededor de como ha sido el cambio de alimentación con el pasar del tiempo.	Escuchar a los demás y nuestras propias historias permite la reflexión constante.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Proyecta tu vida	Mediante la evaluación de sus vidas y las posibilidades de realizar nuevos proyectos se plasma en	La identificación de necesidades personales, gustos y motivaciones generan un	Hojas Plumones Colores Esferos Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 5 de 6

	hojas de papel los proyectos de vida individuales.	avance individual y social.		
Signos vitales	Con la practica de la toma de signos vitales, las personas mayores identifican sus propios ritmos y los signos de alarma.	Reconocer los signos de alerta para evitar complicaciones medicas es indispensable para el autocuidado.	Hojas Colores Esferos Marcadores Pintura Tijeras Sillas Mesas Plumones	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Actividad física al parque	El traslado de las personas mayores a espacios abiertos para la practica de actividad física, permite conocer su cuerpo, limitaciones y el entorno que poseen.	El movimiento disminuye los niveles de sedentarismo y crea hábitos de vida saludables.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

4. EVALUACIÓN

Las actividades que se han logrado desarrollar con las personas mayores que pertenecen al servicio social, han sido de gran agrado tanto para los participantes como para los profesionales que las impartimos, la satisfacción del deber cumplido, el agradecimiento, la participación activa, las ganas de no terminar el encuentro y las felicitaciones al finalizar; nos dejan claro que cada persona mayor se lleva algo de la actividad y lo replicara en sus hogares como un aprendizaje.

Y claramente la manera más fácil de identificar la situación previa y posterior radica en los comentarios positivos de las personas mayores y la identificación de practicas saludables después de las actividades.

Elaborado por:

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <hr/> SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 6 de 6

Nutricionista - Angela Beatriz Rodríguez Romero

Acompañante en actividades físicas y de intervención social - Daniel Felipe Osorio Neisa

Acompañantes en actividades cognitivas y productivas - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño

Técnicas en auxiliar de enfermería - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 1 de 6

1. DATOS GENERALES
Fecha: 17/01/2023
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro día Casa de la Sabiduría Rincón - Suba
Proyecto de inversión 7770 “compromiso con el envejecimiento activo y una Bogotá cuidadora e incluyente” de la secretaría distrital de integración social.
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación:
<u>Nutricionista</u> - Angela Beatriz Rodríguez Romero <u>Acompañante en actividades físicas y de intervención social</u> - Daniel Felipe Osorio Neisa <u>Acompañantes en actividades cognitivas y productivas</u> - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño <u>Técnicas en auxiliar de enfermería</u> - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:
<p>En la UPZ 28 – Rincón encontramos un gran numero de personas mayores que pasan por dificultades a nivel económico, emocional, de interacción, manejo del tiempo libre y en un porcentaje mayor al 30% sufren de soledad, por lo que al traer un programa que les brinda la posibilidad de salir de sus hogares, cambiar la rutina y ampliar sus redes sociales facilita su inclusión a la sociedad y el fortalecimiento de diferentes aspectos como la emocionalidad, la nutrición, actividad física y manejo de sus patologías de manera más consciente; es por ello que la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad se hace un pilar fundamental del servicio social que prestamos a la comunidad a partir de actividades dinámicas, participativas y de construcción común.</p>
Grupo/s interactivo/s:
<p>Dentro de los grupos de trabajo que se implementaran, se encuentran personas mayores de 60 años de edad, en un porcentaje mayor al 50% tienen dificultades a nivel económico, más del 75% no laboran y manejan un nivel educativo que oscila entre analfabetismo, primaria y secundaria sin culminar. En su gran mayoría son de sexo femenino.</p>
Identificación participativa de la necesidad:
<p>Las temáticas escogidas en común acuerdo con los profesionales que las impartirán, están asociadas a la falta de ingresos, soledad de las personas mayores, alimentación inadecuada y falta de actividad física que sin duda llevan a tener problemas asociados</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
	FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 2 de 6

<p align="center">2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA</p> <p>con la emocionalidad, desmotivación y autoestima. De allí la importancia de trabajar el autocuidado, cuidado por el otro, proyecto de vida, manejo de emociones, actividad física con sus beneficios y en algún momento si es posible hacer la inclusión familiar.</p> <p>Entornos: Individual <u>X</u>, Familiar <u>X</u>, Institucional, ____, Comunitario <u>X</u></p> <p>Tema:</p> <p>Dentro del diagnostico de necesidades realizado con la población, se determinó que las temáticas a trabajar son:</p> <p>Lavado de manos Proyecto de vida Capacidades condicionales Violencias Signos vitales El cuidado de sí y el cuidado de los otros Diseñando el plato saludable de la familia colombiana Orientación temporo - espacial. Lateralidad y segmentación corporal</p>

<p align="center">3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA</p> <p>Alcance de la estrategia IEC:</p> <p>Dentro de la estrategia de información, educación y comunicación se inicio con el levantamiento del diagnostico a partir de la caracterización de la población, el reconocimiento de sus historias personales y la entrevista inicial al llegar al servicio. A continuación, se desarrolló la formulación de las temáticas a trabajar socializándolas con las personas mayores para su aprobación, en la actualidad se esta en el proceso de implementación constante, retroalimentación y quizá modificación de las temáticas principales.</p> <p>Objetivos:</p> <p>Demostrar a las personas mayores la importancia del autocuidado, por medio de talleres participativos y prácticos que den cuenta la necesidad de estar bien consigo mismo y poder brindar ayuda a los demás.</p>

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 3 de 6

Enumerar los cambios físicos y psicológicos que puede tener una persona mayor cuidadora, como manejarlos y permitir que reconozcan sus necesidades para saber cuándo pedir apoyo y mejorar su calidad de vida.

Promover una alimentación saludable, nutrición y actividad física en la población atendida, dando a conocer los beneficios y perjuicios de ciertos tipos de alimentos y prácticas alimentarias en pro de mejorar su calidad de vida.

Explicar a las personas mayores la importancia que tienen las buenas prácticas de actividad física en el ámbito social, psicológico, familiar, espiritual etc. que mejoran sus relaciones y calidad de vida.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información:

La construcción de las actividades se baso en las siguientes fuentes de información:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/42-ultimas-noticias/3519-caja-de-herramientas-nutricion>

Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez en el Distrito Capital 2010 - 2025

Atención integral para personas mayores: disminuyendo la discriminación y la segregación socioeconómica

En educación:

Las practicas colaborativas desarrollan en las personas mayores un mayor grado de consciencia frente a su situación personal, incluyendo capacidades, necesidades y cambios que debe implementar, el compartir experiencias a modo de tertulia invita a reflexionar sobre el otro llevando incluso a la discusión temática que deja claramente aprendizajes y motiva al cambio.

En comunicación:

Mediante actividades lúdicas, participativas y voluntarias se promueve en las personas mayores el aprendizaje de las diferentes temáticas desarrolladas, explicar claramente los beneficios que se obtienen al realizar cambios en dinámicas, rutinas, alimentación,

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 4 de 6

relaciones interpersonales e intrapersonales despeja el panorama y deja al descubierto lo realmente importante para el cuidado de la salud física y mental.

Mensajes:

“Activa tu cuerpo, activa tu vida”

“Identifica el sodio que te afecta el mundo”

“Tus emociones hablan, escúchalas y responde”

“Signos y síntomas, identifícalos fácilmente”

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Tertulia alimentaria	Las personas mayores realizan una tertulia alrededor de como ha sido el cambio de alimentación con el pasar del tiempo.	Escuchar a los demás y nuestras propias historias permite la reflexión constante.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Proyecta tu vida	Mediante la evaluación de sus vidas y las posibilidades de realizar nuevos proyectos se plasma en	La identificación de necesidades personales, gustos y motivaciones generan un	Hojas Plumones Colores Esferos Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 5 de 6

	hojas de papel los proyectos de vida individuales.	avance individual y social.		
Signos vitales	Con la practica de la toma de signos vitales, las personas mayores identifican sus propios ritmos y los signos de alarma.	Reconocer los signos de alerta para evitar complicaciones medicas es indispensable para el autocuidado.	Hojas Colores Esferos Marcadores Pintura Tijeras Sillas Mesas Plumones	Durante los 5 meses de implementación del convenio.
Actividad física al parque	El traslado de las personas mayores a espacios abiertos para la practica de actividad física, permite conocer su cuerpo, limitaciones y el entorno que poseen.	El movimiento disminuye los niveles de sedentarismo y crea hábitos de vida saludables.	Marcadores Tablero Hojas Pintura Tijeras Sillas Mesas	Durante los 5 meses de implementación del convenio.

4. EVALUACIÓN

Las actividades que se han logrado desarrollar con las personas mayores que pertenecen al servicio social, han sido de gran agrado tanto para los participantes como para los profesionales que las impartimos, la satisfacción del deber cumplido, el agradecimiento, la participación activa, las ganas de no terminar el encuentro y las felicitaciones al finalizar; nos dejan claro que cada persona mayor se lleva algo de la actividad y lo replicara en sus hogares como un aprendizaje.

Y claramente la manera más fácil de identificar la situación previa y posterior radica en los comentarios positivos de las personas mayores y la identificación de practicas saludables después de las actividades.

Elaborado por:

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. <hr/> SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CONSTRUCCIÓN ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-295
		Versión: 0
		Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
		Página: 6 de 6

Nutricionista - Angela Beatriz Rodríguez Romero

Acompañante en actividades físicas y de intervención social - Daniel Felipe Osorio Neisa

Acompañantes en actividades cognitivas y productivas - Cristian Jesús Morales y Lilian Tatiana Niño

Técnicas en auxiliar de enfermería - Ana Elvia Hernández y Cindy Liliana Neva Torres