# ACTA N° 207

**FECHA:** 26 de julio del 2024 Bogotá,

**HORA:** 7:20-7:55p.m

**LUGAR:** Centro Transitorio Cundinamarca

**TEMA:** Socialización Autocuidado Rutinas de Higiene Especificas

**ASISTENTES**: Luz Medina (Auxiliar Enfermería) – Personas mayores

**ORDEN DEL DÍA**:

- Invitación a las personas mayores al salón de actividades del CCT Cundinamarca.
- Desarrollo de la actividad de la explicación de la importancia del Autocuidado Rutina de higiene especificas en Adultos Mayores.
- Dinámica Lúdica de participación y cierre de actividad.

**DESARROLLO:**

Siendo las 7:20 p.m. se solicita a un grupo de personas mayores reunirse en la sala de actividades para realizar un taller a cargo de primeros auxilios. con la finalidad de crear conciencia se desarrollará de la siguiente manera. Durante esta presentación, se utilizarán diapositivas para ilustrar de manera clara y comprensible los principales puntos a tratar. Se abordarán temas cruciales sobre, Rutina de higiene específicas, así como el objetivo es crear conciencia y proporcionar herramientas para mejorar la salud a través un cuidado personal adecuado.

Al final de la presentación, se realizará una actividad lúdica donde las personas mayores podrán compartir y discutir las temáticas abordadas. Esta interacción permitirá reforzar

los conocimientos adquiridos y fomentar una mayor comprensión sobre la importancia del autocuidado

**Rutinas de Higiene Específicas**

- Baño Diario o Semanal:
- Baño en Cama: Para aquellos que tienen movilidad limitada, utilizando esponjas y agua tibia.
- Limpieza de Piel:
- Uso de jabones suaves y cremas hidratantes para prevenir la sequedad y la irritación.
- Inspección regular de la piel para detectar úlceras por presión o irritación

**Higiene Bucal**

- Cepillado de Dientes:
- Cepillado dos veces al día con un cepillo de cerdas suaves y pasta dental con flúor.
- Uso de cepillos eléctricos si el adulto mayor tiene dificultad para manejar un cepillo manual.

**Limpieza de Prótesis Dentales:**

- Retirar y limpiar las prótesis dentales diariamente con productos específicos para prótesis.
- Remojar las prótesis durante la noche en una solución desinfectante.

**Higiene de la Boca:**

- Uso de enjuagues bucales sin alcohol para mantener la boca fresca y libre de bacterias.
- Inspección regular de la boca para detectar llagas, infecciones o problemas dentales.

**Lavado del Cabello:**

- Frecuencia según necesidad, generalmente una o dos veces por semana.
- Uso de shampús suaves y acondicionadores para mantener el cabello limpio y manejable.

**Corte de Cabello**:

- Mantener el cabello a una longitud cómoda para facilitar el cuidado y la higiene.
- Peinar el cabello diariamente para evitar enredos y estimular el cuero cabelludo.

**Cuidado de las Uñas**

- Corte y limado: Mantener las uñas cortas y limpias para evitar infecciones. Cortarlas rectas para prevenir uñeros.
- Manos y pies: Inspeccionar regularmente para detectar signos de problemas circulatorios o neuropatías, especialmente en personas con diabetes.

**Limpieza de Uñas:**

- Lavado regular de las manos y los pies para mantener las uñas libres de suciedad y bacterias.

**Cuidado Intimo**

- Higiene diaria: Lavar con agua y jabón suave, secar bien para evitar infecciones.
- Uso de productos: Evitar duchas vaginales o productos irritantes. Para los hombres, asegurar la correcta higiene del área genital.

**Vestimenta**

- Ropa limpia y cómoda: Cambiar la ropa interior diariamente y asegurarse de que la ropa no esté demasiado ajustada para evitar rozaduras.
- Ropa adecuada: Según el clima y las actividades diarias, siempre priorizando la comodidad y la seguridad.

**Consejos Adicionales**

- Promover la independencia: Fomentar que los adultos mayores realicen las actividades de higiene por sí mismos tanto como sea posible para mantener su autonomía.
- Crear un entorno seguro: Adaptar el baño y el dormitorio con los elementos necesarios para prevenir caídas y accidentes.
- Educación: Informar sobre la importancia de la higiene personal y cómo realizarla correctamente.
- Implementar estas rutinas y cuidados específicos ayudará a mantener la salud y el bienestar de los adultos mayores, además de prevenir enfermedades e infecciones.

Compromisos:

| Compromisos | Responsables | Fecha de Ejecución |
|---|---|---|
| No se generan compromisos | | |
| | | |

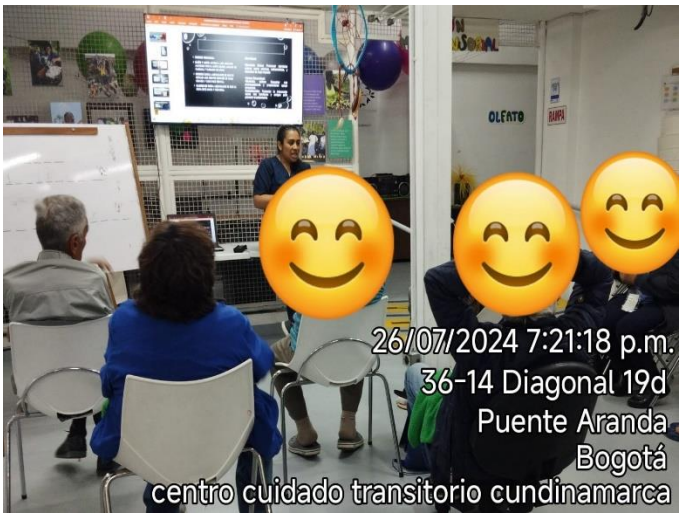
CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día

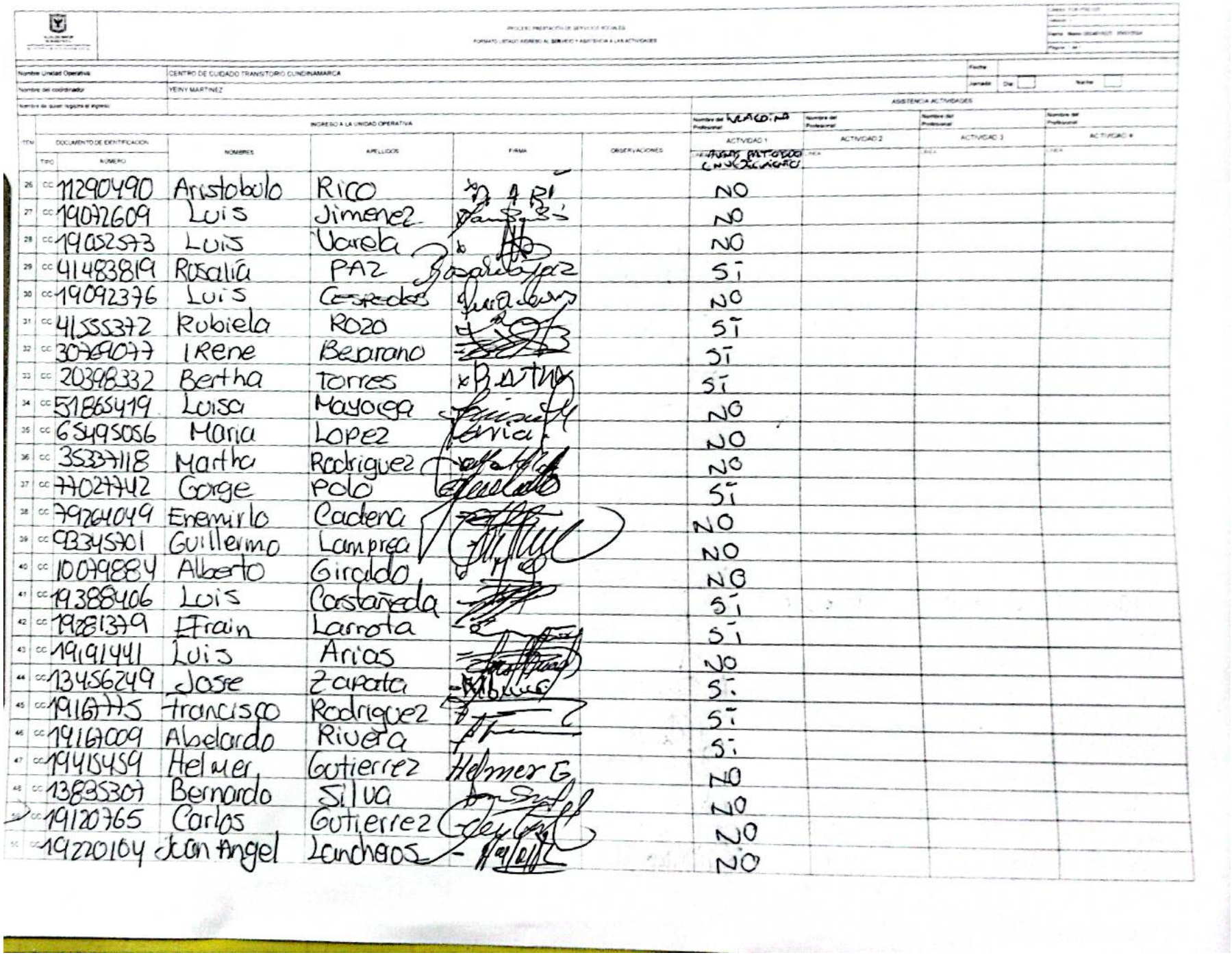
En constancia de lo anterior firman:

| Nombres y Apellidos | Cargo o Tipo de vinculación | Dependencia | Firma |
|---|---|---|---|
| Luz Medina | Aux enfermería | CCTCundinamarca | |
| Sandra Bonilla | Facilitadora | CCTCundinamarca | Sandra Bonilla |

Anexos: Formato de asistencia y registro fotográfico

Elaboró: Luz Medina Salamanca

| Responsable: Primeros Auxilios | Nombre de la actividad |
| --- | --- |
| Fecha: 26 de julio 2024 | Socialización de Autocuidado Rutinas de Higiene Especificas |
|  |  |
|  |  |



PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso:

Fecha:

Jornada: Día: Noche:

| ITEM | INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA | | | | | | ASISTENCIA ACTIVIDADES | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN | | NOMBRES | APELLIDOS | FIRMA | OBSERVACIONES | Nombre del Profesional: YEINY | Nombre del Profesional: | Nombre del Profesional: | Nombre del Profesional: |
| | TIPO | NÚMERO | | | | | ACTIVIDAD 1: TAMIZAJE PSICOSOCIAL | ACTIVIDAD 2: | ACTIVIDAD 3: | ACTIVIDAD 4: |
| 26 | CC | 11290490 | Aristobulo | RICO | | | NO | | | |
| 27 | CC | 19072609 | Luis | Jimenez | | | NO | | | |
| 28 | CC | 19052573 | Luis | Varela | | | NO | | | |
| 29 | CC | 41483819 | Rosalia | PAZ | | | SI | | | |
| 30 | CC | 19092376 | Luis | Cespedes | | | NO | | | |
| 31 | CC | 41555372 | Rubiela | ROZO | | | SI | | | |
| 32 | CC | 3076907 7 | IRene | Bedrano | | | SI | | | |
| 33 | CC | 20348332 | Bertha | Torres | | | SI | | | |
| 34 | CC | 51865419 | Luisa | Mayorga | | | NO | | | |
| 35 | CC | 65495056 | Maria | Lopez | | | NO | | | |
| 36 | CC | 35337118 | Martha | Rodriguez | | | NO | | | |
| 37 | CC | 7702742 | Gorge | Polo | | | SI | | | |
| 38 | CC | 79264049 | Enemirlo | Cadena | | | NO | | | |
| 39 | CC | 93345701 | Guillermo | Lamprea | | | NO | | | |
| 40 | CC | 10079884 | Alberto | Giraldo | | | NO | | | |
| 41 | CC | 19388406 | Luis | Castañeda | | | SI | | | |
| 42 | CC | 19281379 | Efrain | Larrota | | | SI | | | |
| 43 | CC | 19191441 | Luis | Arias | | | NO | | | |
| 44 | CC | 13456249 | Jose | Zapata | | | SI | | | |
| 45 | CC | 19167775 | Francisco | Rodriguez | | | SI | | | |
| 46 | CC | 19167009 | Abelardo | Rivera | | | SI | | | |
| 47 | CC | 19415459 | Helmer | Gutierrez | | | NO | | | |
| 48 | CC | 13835301 | Bernardo | Silva | | | NO | | | |
| 49 | CC | 19120765 | Carlos | Gutierrez | | | NO | | | |
| 50 | CC | 19220104 | Juan Angel | Sanchez | | | NO | | | |

Powered by CamScanner

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO UNICO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YENY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Sandra Barilla

Fecha:

Jornada: Día ☐ Noche ☐

| ITEM | INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA | | | | | | ASISTENCIA ACTIVIDADES | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN | | NOMBRES | APELLIDOS | FIRMA | OBSERVACIONES | Nombre del Profesional: LUZ ADINO | Nombre de Profesional | Nombre del Profesional | Nombre del Profesional |
| | TIPO | NUMERO | | | | | ACTIVIDAD 1 | ACTIVIDAD 2 | ACTIVIDAD 3 | ACTIVIDAD 4 |
| | | | | | | | ¿TIENE LAS PRACTICAS DE CONCEJERÍA? | FIRMA | FIRMA | FIRMA |
| 1 | CC | 41308070 | Aora | Zamora | | | NO | | | |
| 2 | CC | 17049706 | Henry | Zambrano | | | SI | | | |
| 3 | CC | 401195 | Alfonso | Rivera | | | NO | | | |
| 4 | CC | 1107533867 | Saulo | Mosquera | | | NO | | | |
| 5 | CC | 17129522 | Juan | Niño | | | NO | | | |
| 6 | CC | 5445396 | Jorge | Trujillo | | | NO | | | |
| 7 | CC | 2313698 | Jose | Torrijos | | | NO | | | |
| 8 | CC | 19050070 | Regulo | Goloff | | | NO | | | |
| 9 | CC | 72148209 | Francisco | Dilebi | | | SI | | | |
| 10 | CC | 3345976 | Carlos | Mora | | | NO | | | |
| 11 | CC | 5357095 | Manuel | Rosero | | | NO | | | |
| 12 | CC | 5248158 | Jose | Paz | | | NO | | | |
| 13 | CC | 19067388 | Arsenio | Sierra | NO FIRMA | | NO | | | |
| 14 | CC | 17094057 | Salomon | Maldonado | | | NO | | | |
| 15 | CC | 14433715 | Luis | Cajigas | | | NO | | | |
| 16 | CC | 17064424 | Jaime | Valbuena | | | NO | | | |
| 17 | CC | 14209165 | Jose | Jaramillo | | | NO | | | |
| 18 | CC | 19091123 | Jorge | Gonzalez | | | NO | | | |
| 19 | CC | 17077757 | Luis | Castellanos | | | NO | | | |
| 20 | CC | 14445224 | Alexandrino | Valencia | | | NO | | | |
| 21 | CC | 3281474 | Roberto | Ospina | | | NO | | | |
| 22 | CC | 7503494 | Jose | Martinez | | | NO | | | |
| 23 | CC | 19062898 | Misael | Lozano | | | NO | | | |
| 24 | CC | A132844 | Alvaro | Rodriguez | | | NO | | | |
| 25 | CC | 3295130 | Hernando | Arias | | | NO | | | |

Powered by CamScanner