ACTA N° 155

FECHA: Bogotá, 12 de julio del 2024

HORA: 7:15-7:45p.m

LUGAR: Centro Transitorio Cundinamarca

TEMA: Socialización Autocuidado ¿Qué son enfermedades crónicas?

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 ¿Qué son enfermedades crónicas? en Adultos Mayores
- Dinámica Lúdica de participación y cierre de actividad

DESARROLLO:

Siendo las 7:30 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 de las enfermedades crónicas que se desarrollara de la siguiente manera. Durante esta presentación, donde se socializará de manera clara y comprensible los principales puntos a tratar. Se abordarán temas cruciales como las causas y efectos, así como los riesgos asociados, El objetivo es crear conciencia y proporcionar herramientas para mejorar la salud.

Enfermedades crónicas

Las enfermedades crónicas suelen durar más de seis meses y, en muchos casos, son de por vida y se desarrollan de manera lenta y sus síntomas pueden ser leves al principio, empeorando con el tiempo. Afectan significativamente la calidad de vida de las personas, ya que pueden limitar las actividades diarias y requerir atención médica continua.
No son curables, pero son manejables: Aunque muchas enfermedades crónicas no tienen cura, sus síntomas pueden ser controlados mediante tratamientos y cambios en el estilo de vida.

Enfermedades Crónicas

- **Diabetes:** Una enfermedad que afecta la forma en que el cuerpo procesa la glucosa en la sangre.
- **Hipertensión arterial:** Alta presión en las arterias, que puede llevar a problemas cardíacos y otros trastornos.
- **Enfermedades cardíacas:** Incluyen condiciones como la insuficiencia cardíaca, la cardiopatía isquémica, y otras afecciones del corazón.
- **Artritis**: Inflamación de las articulaciones que causa dolor y rigidez.
- **Enfermedades respiratorias crónicas:** Como el asma y la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).
- **Cáncer**: Aunque algunos tipos pueden ser curables, muchos cánceres son crónicos y requieren

Factores de riesgo

- **Genética:** La predisposición genética puede aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades crónicas.
- **Estilo de vida**: Factores como una dieta poco saludable, falta de ejercicio, consumo de tabaco y alcohol.
- **Ambiente**: La exposición a toxinas y contaminantes.
- **Envejecimiento**: El riesgo de enfermedades crónicas aumenta con la edad.

Manejo y prevención

- Adoptar hábitos saludables como una dieta equilibrada, ejercicio regular y evitar el tabaco y el alcohol.
- Monitoreo regular como la presión arterial y los niveles de glucosa.
- Tratamientos médicos, Medicamentos y terapias para controlar los síntomas y prevenir complicaciones.
- Educación y apoyo, Programas de educación para la salud y grupos de apoyo para ayudar a las personas a manejar su condición.

Conclusión

Las enfermedades crónicas son condiciones de salud a largo plazo que se desarrollan de manera gradual y pueden tener un impacto significativo en la calidad de vida. Aunque no suelen ser curables, muchas de ellas pueden ser gestionadas eficazmente mediante tratamientos médicos, cambios en el estilo de vida y monitoreo regular. La prevención y el manejo adecuado son clave para reducir el riesgo y las complicaciones asociadas con estas enfermedades. Con una combinación de educación, apoyo y autocuidado, las personas pueden llevar una vida activa y saludable a pesar de vivir con una enfermedad crónica

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 de enfermería	CCT Cundinamarca	
Sandra Bonilla	Facilitadora	CCT Cundinamarca	Sandra Bonilla

Anexos: Formato de asistencia y registro fotográfico

Elaboró: Luz Medina -Auxiliar de Enfermería

Responsable: Primeros Auxilios	Nombre de la actividad
Fecha: 12 de Julio 2024	Socialización de autocuidado ¿Qué son enfermedades crónicas?
	
	

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: F-PA-PSS-4.2
Versión: 2
Fecha: Marzo/2022 Modificado: 06/12/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA
Fecha: 12-07-2024
Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ
Jornada: Día [ ] Noche [X]
Nombre de quien registra el ingreso: SANDRA BONILLA

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional
	TIPO	NUMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LITERA Estilos de vida saludable	LITERA	LITERA	LITERA
26	CC	19062898	Misael	Lozano			NO			
27	CC	19052573	Luis	Varela			NO			
28	CC	19072609	Guillermo	Jimenez			NO			
29	CC	41483819	Rosalba	Paz			SI			
30	CC	19092376	Luis	Cespedes			NO			
31	CC	41495693	Consuelo	Parada			NO			
32	CC	41555372	Robiela	Roco			SI			
33	CC	3076077	Irene	Besarano			NO			
34	CC	70398332	Bertha	Torres			NO			
35	CC	65495056	Nubia	Lopez			NO			
36	CC	51865419	Luisa	Mayorga			SI			
37	CC	77097162	George	Polo			SI			
38	CC	10079884	Alberto	Giraldo			NO			
39	CC	79264049	Miguel	Cadena			SI			
40	CC	70499708	Henry	Zambrano			SI			
41	CC	93345901	Guillermo	Lamprea			SI			
42	CC	19388406	Javier	Castañeda			SI			
43	CC	19791379	Efrain	Larrota			SI			
44	CC	19167775	Francisco	Rodriguez			NO			
45	CC	19191441	Luis	Arias			SI			
46	CC	13456249	Jose	Zapata			NO			
47	CC	19167009	Abelardo	Rivera			SI			
48	CC	70053780	Luis	Vera			SI			
49	CC	19415459	Helmer	Gutierrez			NO			
50	CC	72148209	Francisco	Silebi						

PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA ACTIVIDADES

Código: F-GR-PSS-329
Versión: 2
Fecha: Memo 20242183221 - 19/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA
Fecha: 12-07-2024
Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ
Jornada: Día ☐ Noche ☑
Nombre de quien registra el ingreso: SANDRA BONILLA

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional
	TIPO	NUMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LUDICA Estilos de vida saludable	TICS	SST	LUDICA
1	CC	70233857	Marina	Talero			SI			
2	CC	41308070	Aura	Zamora			NO			
3	CC	1109553867	Saulo	Mosquera			SI			
4	CC	401195	Alfonso	Rivera			NO			
5	CC	17129522	Juan	NIÑO			NO			
6	CC	3045396	Jorge	Trujillo			NO			
7	CC	2313698	Jose	Torrijos			NO			
8	CC	19050070	Reguio	Guiott			NO			
9	CC	41342119	Gladys	Torres			SI			
10	CC	5432655	Javier	Peña			NO			
11	CC	3345976	Carlos	Mora			NO			
12	CC	5248158	Jose	Paz			NO			
13	CC	5357095	Manuel	Zosero			NO			
14	CC	19067388	Arsenio	Sierra	NO FIRMA	segue cedula	NO			
15	CC	14433715	Luis	Casigas			NO			
16	CC	17077757	Luis	Castellanos			NO			
17	CC	17094057	Salomon	Maldonado			NO			
18	CC	14209165	Jose	Jaramillo			NO			
19	CC	14445224	Alejandrino	Valencia			SI			
20	CC	19091173	William	Gonzalez			SI			
21	CC	17137844	Alvaro	Rodriguez			NO			
22	CC	3281474	Roberto	Ospina			SI			
23	CC	11790490	Aristobalo	Rico			NO			
24	CC	7503494	Dorian	Martinez			SI			
25	CC	3295130	Hernando	Arias						