ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: COMUNIDAD DE CUIDADO 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: BELLO HORIZONTE

1.2 Localidad: SAN CRISTOBAL

2. Linea: CUIDADO INTEGRAL

2.1. Fecha de Ejecución:

17	8	2024	al	17	8	2024

2.2. Nombre del encuentro: **MI CUERPO LO CUIDO DIARIAMENTE**

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: JAQUELLIN RAMIREZ ROMERO

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover el cuidado de la piel de todo el cuerpo de las personas mayores institucionalizadas, con el fin de mantener una temperatura adecuada, hidratación, adecuada textura, ya que sin un buen cuidado se perdería uno de los sentidos más placenteros, que es el del tacto.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Reconocer la importante en la protección y el control de la temperatura corporal ya que nos defiende del sol, las infecciones y otros daños físicos.

Sensibilizar sobre la importancia del baño con el fin de retirar las células muertas que habitan en la superficie de la piel; estas impiden que la dermis respire y en consecuencia, tenga una adecuada oxigenación.

Generar conciencia del uso adecuado de los protectores solares, para prevenir las enfermedades de la piel, reduciendo asi la aparición de las manchas y las cicatrices, dejando la piel con un aspecto más uniforme y radiante.

Promover la limpieza facial en las personas mayores con el objetivo de reducir los poros dilatados y a controlar el exceso de sebo, lo que puede ayudar a prevenir la aparición de espinillas y puntos negros

Incentivar la buena hidratación con el consumo de agua mínimo 5 vasos diarios, con el proposito de mantener un equilibrio hidrolítico.

3.3. METODOLOGIA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Los expositores realizarán la convocatoria a todas las personas mayores voz a voz invitándolas a participar en el taller.
	En los momentos de desayuno y almuerzo se les realizó invitación al taller, motivandolos en la importancia de su asistencia y participación
	Se da la bienvenida a las personas mayores y se agradecerá por la participación al taller
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	Se organizará a las personas mayores en el auditorio, se presentaran los expositores y se explicara el tema de la importancia del cuidado de la piel y se les realizará preguntas a los asistentes si contaban con conocimiento previo del tema.
	Se le dará la palabra a cada persona mayor que deseo participar y se irán aclarando las dudas
	Se realiza la presentación del video "**IMPORTANCIA DEL CUIDADO DE LA PIEL EN EL ADULTO MAYOR - HACIA UN NUEVO ESTILO DE VIDA**" donde se explicaba detalladamente la importancia de mantener hidratada la piel, el consumo de agua, el secar bien la piel despues del baño, en pliegues, evitar el agua caliente, al fin de lograr mantener una piel saludable.
	Se explicará sobre la importancia de cuidar la piel, los pasos para poder mejorar la textura de la piel, como lo son: **1** Limite el tiempo que se expone al sol. Está bien salir durante el día, pero trate de evitar el sol durante las horas pico cuando los rayos del sol son más fuertes. **2.** Use protector solar. **3.** Usar ropa protectora. **4.** Evite broncearse. **5.** Darse baños cortos, con usar jabones suaves sólo en axilas, genitales y pies. **6.** Llevar una dieta balanceada que incluya frutas y verduras, proteínas y alimentos ricos en omega 3.
	7. Mantenerse hidratado, tomar suficiente agua es fundamental para mantener una piel sana. **8.** Utilizar cremas hidratantes siempre después del baño y ojalá además antes de acostarse.
3.3.3 MOMENTO FINAL	Los facilitadores resuelven dudas y se les refuerza que día a día se deben tener pautas de autocuidado y que cada persona mayores es responsable en tener hábitos en la práctica diaria del cuidado de la piel, su hidratación asi evitar complicaciones a futuro en la piel como puede ser un Cancer de Piel, Dermatitis Topica, entre otras.
	Por último se aplicara en las manos la crema hidratante en cada de las personas mayores que participaron.

3.4 RECURSOS

Televisor. Presentación Power point Video Youtube https://youtu.be/oBXCHKyurol?si=LuaVQ9kALBmrNfwz "IMPORTANCIA DEL CUIDADO DE LA PIEL EN EL ADULTO MAYOR - HACIA UN NUEVO ESTILO DE VIDA"	
Crema Hidratante	
Pelota de Juego	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Persona mayor Maria Leonila refiere: Me parecio muy bueno la actividad me gusto mucho. . Maria Leonila Sanchez.

Se considera que el taller tuvo buena convocatoria ya que participo 25 personas aproximadamente, entre personas dependientes y moderadas

Se logró el objetivo del taller, se evidenció la participación activa en el momento de la presentacón del tema

El sonido fue adecuado, La ayuda audiovisual fue fundamental para el desarrollo del taller

- Jesly Cundar.
- Liliana Obando
- INEFIO OCHOA
- Angel Niño

Fecha de evaluación del encuentro: 17 DE AGOSTO DE 2024

Nombre del profesional que evalúa: JAQUELLIN RAMIREZ ROMERO -PROFESIONAL DE ENFERMERIA