ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	14	8	2024	

Unidad Operativa:	Villa Kennedy		
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable		
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento	Auxiliar de Enfermería a cargo:	Yasulis Rambal
Nombre de la actividad:	Cuido mi salud cuido mi apariencia		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Desarrollar habilidades y conocimientos en las personas mayores sobre prácticas de aseo personal general, promoviendo hábitos de higiene adecuados y sostenibles para mejorar su bienestar físico y social una imagen personal positiva.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar los diferentes aspectos del aseo personal, tales como la higiene oral, corporal y capilar, y su impacto en la salud y la imagen personal.
2. Aplicar técnicas adecuadas y recomendadas para el cuidado diario de la higiene personal.
3.Valorar el papel del aseo personal en la prevención de enfermedades y en la construcción de una autoimagen positiva.
4.Desarrollar la capacidad de realizar de forma autónoma prácticas de higiene personal de manera regular y eficaz.
Momento Inicial

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se realizará charla posterior al taller a las personas mayores indicando el lugar del encuentro así como el tema a abordar y los objetivos del mismo, Brindar una introducción sobre la importancia del aseo personal en la salud y la autoestima. Explicar cómo una buena higiene personal no solo afecta la salud física, sino también el bienestar emocional y la percepción social. Presentar un breve video que ilustre prácticas de aseo personal y sus beneficios. Dinámica de Grupo: Discusión Abierta: Compartir en grupo las ideas y experiencias para establecer una base común y generar interés en la temática. Objetivo: Crear conciencia sobre la importancia del tema, involucrar a las persona desde el inicio y promover un ambiente de colaboración.
MOMENTO CENTRAL	Teoría y Demostración: Explicar los conceptos clave sobre aseo personal, incluyendo la frecuencia recomendada para el baño, el cepillado de dientes, y el cuidado del cabello y las uñas. Realizar demostraciones prácticas sobre el uso correcto de productos de higiene (como jabón, pasta de dientes, champú, etc.). Práctica Guiada: Organizar talleres en los que las personas mayores practiquen técnicas de aseo personal, bajo la supervisión del facilitador. Esto puede incluir prácticas de cepillado dental, lavado de manos, y cuidado de la piel. Reflexión y Discusión: Facilitar una discusión grupal sobre las dificultades encontradas durante las prácticas y cómo superarlas. Analizar casos de estudio sobre problemas comunes relacionados con la higiene personal y cómo resolverlos.
MOMENTO FINAL	Para finalizar el encuentro se solicitará a los participantes realizar una actividad donde demuestren las técnicas de aseo personal que aprendieron, como el cepillado de dientes y el lavado de manos. Diario de Higiene: Pedir a las personas mayores que lleven un registro de sus rutinas de aseo personal durante un período de tiempo y reflexionen sobre cualquier cambio en sus practicas, Retroalimentación: Recoger opiniones y sugerencias de los participantes sobre la experiencia del taller y su aplicabilidad en la vida diaria.

RECURSOS

Espacios amplios Mesas Sillas television	Personas mayores

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

las personas mayores evaluan la efectividad del taller y posibles áreas de mejora. Manifiestan mas implementacion de produtos para el aseo e higiene personal esta forma se da por finalizado el encuentro y se agradece al grupo por su participación.





