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: Caminos de Vida

1.2 Localidad N/A

2. Línea: Cuerpo y Mente

2.1. Fecha de Ejecución:

6	3	2024	al	25	3	2024

2.2. Nombre del encuentro: 1.Te cuidas Me cuido, 2.Nutriendo Saberes, 3. Rehabilitando Capacidades, 4. Mi Imagen mi salud, 5. Prevenir es Vivir, 6. Estimulacion Sensorial.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Wendy Yulanny Álvarez (Terapeuta Ocupacional)-Stefane Luna(Jefe Enfermera)-Lesly Fontalvo (Nutricionista)-Nancy Plazas(Fisioterapia)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fomentar el autocuidado en las personas mayores, a través de actividades que se adapten a sus habilidades y destrezas, para mantener estilos de vida saludable

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Promover el bienestar en las personas mayores, por medio de estilos de vida saludables.

Actividad 2: Promover el bienestar en las personas mayores, por medio de estilos de vida saludables.

Actividad 3: Fortalecer en las personas mayores el autocuidado, a través de diferentes estrategias terapéuticas que permitan mejorar su calidad de vida.

Actividad 4: Fortalecer en las personas mayores el autocuidado, a través de diferentes estrategias terapéuticas que permitan mejorar su calidad de vida.

Actividad 5: Mantener los diferentes canales receptores sensoriales y la higiene en las personas mayores con buenas practicas del cuidado personal.

Actividad 6: Mantener los diferentes canales receptores sensoriales y la higiene en las personas mayores con buenas practicas del cuidado personal.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1:** Dando cumplimiento con las actividades del PAI correspondiente a la vigencia y convenio, se proyectó actividad de autocuidado con el fin de fortalecer en las personas mayores las habilidades y destrezas de los adecuados hábitos y estilos de vida saludable, a través de la motivación e incentivo para el uso adecuado de los elementos de aseo , concientizando a la persona mayor en el buen uso. los días 9, 12, 22 y 25 de marzo del 2024. actividad realizada en espacios comunes de la institución logrando una participación positiva, donde como finalidad se tiene fortalecer el autocuidado y técnicas de cuidado bajo la actividad " te cuidas me cuido".
	Actividad 2: Dando cumplimiento a la actividad del PAI el día 18 de marzo de 2024, para este mes se socializó con las personas mayores el tema hipertension y la alimentación, pormoviendo la actividad fisica atravez de juegos interactivos con las personas mayores que asistieron a la convocatoria, de igual manera se utilizo los módulos de alimentos de los diferentes grupos en especial las los saludables y el plato saludable de la familia colombiana. De igual manera se socializó con las personas mayores tema relacionado con la Política Pública Social para el Envejecimiento y la Vejez y actividad física.
	Actividad 3: En primera instancia se realizó desinfección de los elementos que se utilizarón en la actividad terapéutica, se acondicionó el lugar donde se va a desarrolló la actividad y se vincularon las personas mayores en el area establecida y se garantizó el cumplimiento de los lineamientos establecidos en el protocolo de bioseguridad. Se desarrolló satisfactoriamente la actividad propuesta, sin presentar novedades o complicaciones. Se realizaron los dias. 6-8-13-18-21 de marzo 2024
	Actividad 4: Se realizó la actividad programada por desde el PAI, " mi imagen mi salud" Donde el área de enfermería incentivó las técnicas y actividades de autocuidado encaminadas al embellecimiento de las personas mayores mejorando su autoestima e imagen corporal , aplicando estrategias de peinados, aplicación de bloqueador , trenzados y demás estrategias terapéuticas que incentiven y permitan mejorar la calidad de vida de la persona mayor , actividad realizada los días 9 y 25 del mes de marzo del 2024.
	Actividad 5: Dando inicio a la actividad "prevenir es vivir" establecida desde PAI y dando cumplimiento al mismo se realizó actividad dirigida a las personas mayores promoviendo de manera práctica y vivencial, el mantenimiento de hábitos saludables e higiénicos en salud de la persona mayor. Actividad se realizó el día 16, 21 y 25 de marzo del 2024.
	Actividad 6: Para el taller de estimulación sensorial, se desarrollaron diversas actividades a fin de estimular sentidos de las personas mayores participantes, se realizó estimulación a nivel táctil, auditiva, gustativa y olfativa, fortaleciendo los receptores sensoriales de los participantes. Este taller se desarrolló los días 7, 14 y 21 de marzo.
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1:** Actividad realizada en la comunidad de cuidado denominada te cuidadas me cuido , donde se inicia con dinámica explicando la actividad a las personas mayores que se vinculan las personas mayores , por medio de ilustración visual se socializa la importancia del cuidado así mismo , uso de los elementos de higiene diaria con el fin de fortalecer hábitos adecuados y contribuir así con el bienestar de cada una de las personas mayores, se dan conceptos básicos tales como: higiene, autocuidado, bienestar, salud y enfermedad.
	Actividad 2: El taller se realizó con un grupo de 13 a 21 personas, las cuales fueron citadas con 15 días de antelación, previa confirmación de horario y espacio (preferiblemente un salón grande con tablero o pizarra y sillas de acuerdo al número de personas y teniendo en cuenta el distanciamiento social y medidas de bioseguridad para prevenir afectaciones respiratorias). Se organizó grupos pequeños con las personas mayores y se les entregó los módulos de alimentos de los diferentes grupos, se realizó además actividad fisica con cada uno de ellos. Nuevamente se unió a todos los participantes y se realizaron preguntas para verificar que el tema quedara claro y se realizarán las conclusiones al tema. se aplicó pre test y pos test.
	Actividad 3: se realiza sesiones de 30 minutos cada una trabajando en diferentes escenarios a fin de favorecer sus capacidades artromiocinematicas Las personas mayores participaron en la actividad de rehabilitando capacidades desarrollando diferentes modalidades físicas y cinéticas como movilidad articular, ejercicios isométricos, ejercicios isotónicos, técnicas de facilitación neuromuscular y medios físico. Se realizaron cumpliendo con lo establecido en el cronograma de actividades.
	Actividad 4: La actividad donde se abordó las diferentes personas mayores ubicada en distintas áreas comunes, ayudando a mejorar su imagen corporal y aumento de bienestar físico y mental se refuerzan actividades preventivas y de contención frente al manejo de pediculosis, logrando adecuados resultados en las personas mayores , no obstante la participación de grupo externo para corte de cabello masculino y femenino de acuerdo a gusto e intereses. siendo esta de agrado e interés para todos y así mismo se garantiza la disminución de pediculosis.
	Actividad 5: Durante la actividad se logró la participación de las personas mayores mostrando interés por el tema además que permite de manera sencilla y clara, se reitera la importancia de mantener tips y recomendaciones sobre hábitos de estilo de vida saludable que serán asistidos, acompañados y supervisados en los diferentes escenarios con el servicio de enfermería. por otra parte se refuerzan lineamientos para el uso seguro de oxigeno como medicamento, en cuanto horario, litraje y medicamentos ordenados para el tratamiento de enfermedades de base.
	Actividad 6: El día **7 de marzo**, se realizó actividad de estimulación sensorial olfativa, para ello el tallerista presentó a las personas mayores de manera individual diferentes esencias y luego le preguntó a qué aroma lo asemejaron, se evidenció identificación de los aromas, facilidad para relacionarlo con olores conocidos, motivación en la actividad. El día **14 de marzo**, se realizó actividad de estimulación táctil a través de masaje terapéutico con crema corporal, esta actividad se realizó de manera individual evidenciando interés, identificación de la textura aplicada y del olor de la crema, participación activa. El día **21 de marzo**, este día se realizó actividad de estimulación sensorial a nivel táctil, donde el tallerista hizo entrega de tabla sensorial por grupos, seguido a esto dio la indicación de cerrar los ojos y manipular las texturas de manera que cada uno pudiera identificar las texturas, se evidenció concentración, atención, facilidad para identificar las texturas y tolerancia a las mismas.
	Actividad 1: Durante el desarrollo de la actividad se permanece participación activa por parte de las personas mayores , donde se incentivaron cada una de las actividades y se cumplieron los objetivos propuestos realizadas con el fin de dar un mejor servicio desde el área de enfermería, las personas mayores muestras agrado y felicidad frente a lo implementado y el resultado de la actividad.

3.3.3 MOMENTO FINAL	
	Actividad 2: Se realizó el test final, de acuerdo a las dinámicas establecidas por el grupo de personas mayores con dependencia severa. • Cierre de la sesión educativa y agradecer a los participantes. • Ordenar el sitio en donde se realizó la actividad.
	Actividad 3: Se continuaron intervenciones individualizadas de mantenimiento y fortalecimiento enfocadas en las necesidades de las personas mayores.
	Actividad 4: Se da cumplimiento con los objetivos propuestos desde el área de enfermería, se realizó registro fotográfico como evidencia, se dejó el espacio en orden y aseo, finalmente se observaron rostros de alegría por parte de las personas mayores, y quienes manifestaron verbalmente que se sienten satisfechos con la actividad.
	Actividad 5: Se finalizó actividad dando cumplimiento al objetivo inicial, por último se invita a todas las personas mayores a continuar participando de la actividad en la próxima sesión, además de ser partícipes activos.
	Actividad 6: En cada una de las sesiones de estimulación sensorial se finalizó la actividad explicando los múltiples beneficios de asistir o permitir este tipo de sensaciones para el mantenimiento de los diferentes canales sensoriales, seguido a esto se abrió un espacio de escucha para que las personas mayores expresaran sus pensamientos, opiniones y se sensaciones durante la sesión.

3.4 RECURSOS	
Televisor	Gerontologos
Computador	Terapeutas Ocupacionales
Regaderas	Talleristas
Rastrillo	
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
Fichas	
Cinta	
Parlante	
Aros para encestar	
Pelotas	
Microfono	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Se logro la participación de 100 personas mayores en la actividad , donde se cumple con la metodología y organización por parte de enfermería , cabe resaltar que durante las cuatro sesiones se realizó convocatoria con anterioridad para así lograr el éxito de la participación a dicha actividad.

Actividad 2: Se contó con participación de 10 personas mayores realizando la actividad, se evalúa con preguntas de selección de los módulos de alimentos, las personas mayores les gusta participar de este tipo de talleres donde se les facilita material didáctico y se realiza actividad física.

Actividad 3: En esta actividad se integraron personas mayores realizando actividad terapeutica logrando a cabalidad lo planteado donde se observó la participacion activa de las personas mayores en todos los ejercicios cineticos y mecanicos propuestos.

Actividad 4: Se realizó evaluación de la actividad donde se logró la participación de 70 personas mayores, Actividad de "Mi imagen mi salud" se deja espacio utilizado limpio y en orden, se recogen materiales utilizados y se proyecta nuevo encuentro para el mes.

Actividad 5: Se da por terminada la actividad "prevenir es vivir" logrando los objetivos propuestos con participación activa y permanente de 95 personas mayores vinculadas en la actividad, además se recibe aportes y conceptos de percepción por parte de las persona mayores frente a la actividad siendo estos muy positivos como evaluación.

Actividad 6: Se observa la participación de las personas mayores en las actividades de estimulación sensorial, las personas mayores muestran agrado y permiten la participación de forma activa y pasiva, así mismo se indaga sobre la estimulación recibida, siendo una apreciación positiva y se reciben sugerencias de nuevos estímulos que les gustaría percibir.

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE: Maria Helena Barrera Poveda
CC: 53905885
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

NOMBRE: Adolfo Díaz López
CC: 17139798
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE: SATURIA ARANDA
CC: 53905691
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NOMBRE: Justa Antonia Quiñonez
CC: 27136550
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

NOMBRE: Irma Maria Santibañez
CC: 20629207
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NOMBRE: Olga Galeano
CC: 41363409
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO:
Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro: 25 de marzo de 2024

Nombre del profesional que evalúa: Wendy Yulanny Álvarez (Terapeuta Ocupacional)-Stefane Luna(Jefe Enfermera)-Lesly Fontalvo (Nutricionista)-Nancy Plazas(Fisioterapia)

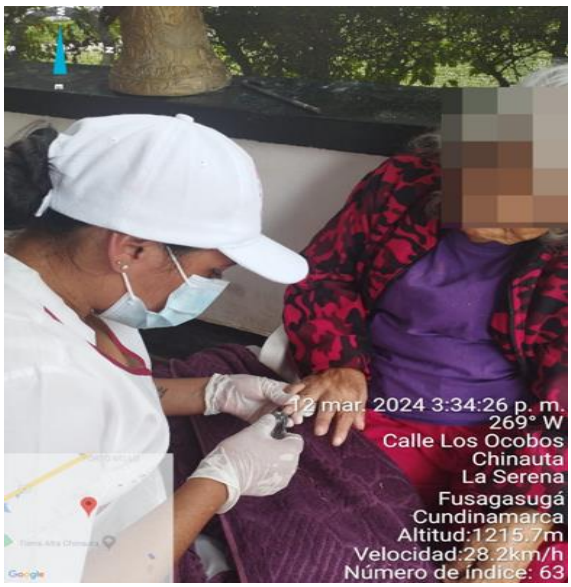
COMUNIDAD DE CUIDADO CAMINOS DE VIDA
CONVENIO 8890-2023
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA CUERPO Y MENTE

1. Te cuidas Me cuido:

9 marzo 2024



12 marzo 2024



22 marzo 2024



25 marzo 2024



2. Nutriendo Saberes

18/03/2024







3. Rehabilitando Capacidades

6 de marzo 2024



8 de marzo 2024



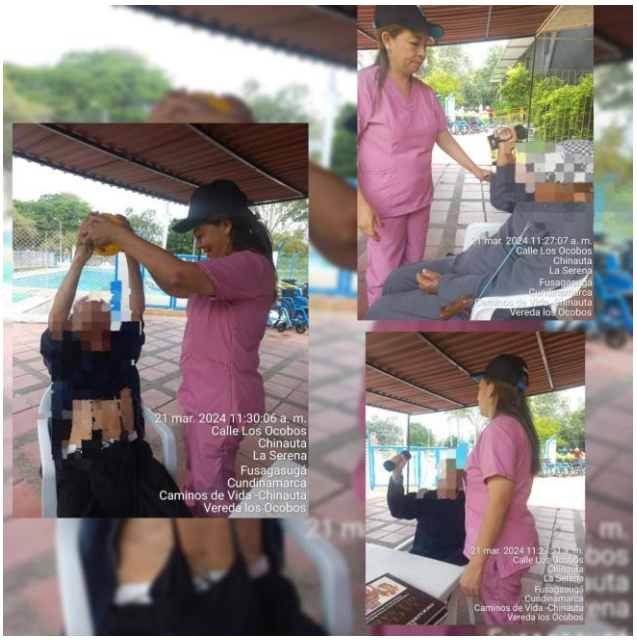
13 de febrero 2024



18 de febrero 2024



21 de febrero 2024



4. Mi Imagen mi salud:

9 marzo 2024



25 marzo 2024





5. Prevenir es Vivir:

16 marzo 2024



21 marzo 2024



25 marzo 2024



6. Estimulación Sensorial.

7/03/2024



14/03/2024



21/03/2024

