ACTA N° 533

FECHA: Bogotá 10 de octubre del 2024

HORA: 07:00 pm – 07:30 pm

LUGAR: Centro Cuidado Transitório Cundinamarca

TEMA: Socialización Autocuidado aceptación y cambios físicos

ASISTENTES:

- Equipo de primeros auxilios
- Personas Mayores

ORDEN DEL DÍA:

1. Bienvenida a las personas mayores
2. Socialización Autocuidado aceptación y cambios físicos
3. Finalización de la Socialización

DESARROLLO:

Durante la semana se reúne a las personas mayores en la sala de actividades, donde la auxiliar de enfermería indica la importancia de utilizar el tapabocas y la técnica del lavado de manos antes y después de cualquier actividad esto con el fin de mitigar el contagio de alguna enfermedad respiratoria. Así mismo se explica sobre la importancia de utilizar correctamente los elementos de aseo, el baño a diario, la presentación personal, esto con el fin de reforzar los buenos hábitos dentro del servicio.

El día 10 del presente mes por parte de la auxiliar de enfermería explica:

La aceptación y los cambios físicos en las personas mayores son aspectos cruciales del envejecimiento. A medida que una persona envejece, experimenta cambios físicos y emocionales que pueden influir en su bienestar y calidad de vida. A continuación, se explica brevemente ambos aspectos:

Cambios Físicos

1. Disminución de la fuerza y la masa muscular: Con la edad, el cuerpo pierde masa muscular, lo que afecta la fuerza y la movilidad. Esto puede dificultar actividades diarias como caminar o levantar objetos.

2. Pérdida de densidad ósea: Los huesos tienden a volverse más frágiles, aumentando el riesgo de fracturas y osteoporosis.

3. Disminución de la elasticidad de la piel: La piel pierde colágeno y elasticidad, lo que provoca arrugas y mayor sensibilidad a lesiones.

4. Cambios en la visión y audición: Las personas mayores suelen experimentar problemas visuales como cataratas o pérdida de agudeza visual, así como pérdida auditiva.

5. Reducción de la función cardíaca y pulmonar: Con el tiempo, el corazón puede volverse menos eficiente y la capacidad pulmonar puede disminuir, lo que afecta la resistencia y la energía.

6. Cambios en el metabolismo: El metabolismo se ralentiza, lo que puede conducir a un aumento de peso o dificultad para mantener un peso saludable.

Aceptación de los Cambios

La aceptación de estos cambios es un proceso psicológico que varía de una persona a otra. Puede implicar las siguientes etapas o aspectos:

1. Adaptación emocional: Las personas mayores pueden enfrentar sentimientos de pérdida o frustración al no poder realizar actividades que antes disfrutaban. La aceptación implica encontrar nuevas formas de sentirse útiles y satisfechas.

2. Ajuste a nuevos estilos de vida: Las limitaciones físicas pueden requerir ajustes en la rutina diaria, como hacer más ejercicio moderado, cambiar la dieta, o utilizar ayudas para la movilidad.

3. Enfoque en la calidad de vida: Muchas personas mayores aprenden a centrarse en su bienestar general, incluyendo mantener conexiones sociales, buscar apoyo emocional y disfrutar de actividades adecuadas a sus capacidades.

4. Autoaceptación y resiliencia: La autoaceptación implica reconocer los límites del cuerpo y la mente, y a su vez, desarrollar resiliencia para sobrellevar los desafíos que el envejecimiento trae consigo.

La clave para un envejecimiento saludable es equilibrar la aceptación de los cambios físicos con un enfoque positivo y activo en el bienestar integral.

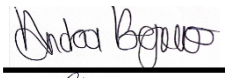
Posteriormente se expone una cartelera de dos dibujos grandes, donde se explica sobre la importancia de conocer los cambios que se presentan en su cuerpo. Las personas mayores participan de manera activa, donde se genera un espacio agradable y entendimiento.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
No se dejan compromisos		

CONVOCATORIA. No se propone una nueva reunión

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Andrea Bejarano	Auxiliar de enfermería	CCT Cundinamarca	
Javier Salamanca	Facilitador	CCT Cundinamarca	

Anexos: Registro y formato Asistencia

Elaboró: Andrea Bejarano

Responsable: Primeros Auxilios	Nombre de la actividad
Fecha: 10 de octubre 2024	Socialización Autocuidado aceptación y cambios físicos
	
	

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOA-PSS-125
Versión: 2
Fecha: Marzo (2024018223 - 05/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Fecha: 10-10-2024

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Jornada: Día ☐ Noche ☒

Nombre de quien registra el ingreso: JAVIER SALAMANCA RAMIREZ

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional	Nombre del Profesional
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA 1	LINEA	LINEA	LINEA
1	CC	93345701	GUILLERMO	LAMPREA			SI			
2	CC	41308070	AIDA	ZAMORA			NO			
3	CC	1107533867	SAULO	MOSQUERA			NO			
4	CC	17049709	HENRY	BAMBAGNO			SI			
5	CC	401195	ALFONSO	RIVERA			NO			
6	CC	19050070	RUBEN	GUIOTT			NO			
7	CC	17129522	JUAN	NIÑO			NO			
8	CC	3045396	JORGE	TRUJILLO			NO			
9	CC	5932655	JAVIER	PEÑA			NO			
10	CC	72148209	FRANCISCO	SILESI			SI			
11	CC	3345976	CARLOS	MORA			NO			
12	CC	5357095	MANUEL	ROSERO			NO			
13	CC	5248158	JOSE	PAZ			NO			
14	CC	19067388	ARSENIO	SIERRA	NO FIRMA	SEGUN CAMARA	NO			
15	CC	14433715	LUIS	CAICEDO			NO			
16	CC	17064424	JAIME	VALENCIA			SI			
17	CC	17084316	VICTOR	SEGURA			NO			
18	CC	17094057	SALOMON	MALDONADO			NO			
19	CC	17077957	LUIS	CASTELLANOS			NO			
20	CC	14209165	JOSE	BERMUDEZ			NO			
21	CC	14445224	ALEJANDRINO	VALENCIA			SI			
22	CC	3281474	ROBERTO	OSPINA			NO			
23	CC	17132844	EDUARDO	RODRIGUEZ			NO			
24	CC	17190851	LUIS	SANDOVAL			NO			
25	CC	7503494	DORIAN	MARTINEZ			NO			

Scanned with CamScanner

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YENY [illegible] NEZ

Nombre de quien registra el ingreso: JAVIER SALAMANCA RAMIREZ

Fecha: 10-10-2024

Jornada: Día [ ] Noche [X]

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ASISTENCIA ACTIVIDADES

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN TIPO	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN NÚMERO	NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: ACTIVIDAD 1 HORA	Nombre del Profesional: ACTIVIDAD 2 HORA	Nombre del Profesional: ACTIVIDAD 3 HORA	Nombre del Profesional: ACTIVIDAD 4 HORA
26	CC	2313698	JOSE	TORRIJOS			NO			
27	CC	19077163	VITALIO	ROJAS			SI			
28	CC	19071084	LUIS	PEREZ			SI			
29	CC	19091123	WILLIAM	GONZALEZ			SI			
30	CC	11290490	ARISTOBULO	RICO		ART	SI			
31	CC	19062898	MISAEL	LOZANO			NO			
32	CC	1905273	LUIS	VARELA			NO			
33	CC	19092376	LUIS	CESPEDES			SI			
34	CC	19072609	LUIS	JIMENEZ			NO			
35	CC	41483819	ROSALIA	DIAZ			SI			
36	CC	41555372	RUBIELA	ROZO			SI			
37	CC	30769077	IRENE	BUSTAMANTE			NO			
38	CC	20398332	BERTHA	FONSECA			SI			
39	CC	51574931	ANA	RUIZ			SI			
40	CC	51733959	MARINA	ACEVEDO			SI			
41	CC	65495056	NUBIA	LOPEZ			NO			
42	CC	51690865	MARIA	LOZANO			NO			
43	CC	79264049	MIGUEL	CADENA			NO			
44	CC	10079884	ALBERTO	GIRALDO			NO			
45	CC	19281379	EFRAIN	ARROYO			SI			
46	CC	13456249	JOSE	ZAPATA			SI			
47	CC	3225130	HERNANDO	ARIAS			SI			
48	CC	19167775	FRANCISCO	RODRIGUEZ			SI			
49	CC	19191441	CARLOS	ARIAS			NO			
50	CC	51724451	CARMEN	CASTAÑEDA			SI			

Scanned with CamScanner