Lugar	Centro Comunidad de Cuidado Caminos de vida.
Fecha	16 /Octubre/2024
Tema	Capacitación que la realiza el área de Terapia Ocupacional a los auxiliares de terapia ocupacional, como tema tratado. Que son las actividades de la vida diaria.
Desarrollo	La profesional Carolina Peñaloza Sánchez Terapeuta ocupacional quien realiza la capacitación y presentes Carolina Montes Terapeuta Ocupacional, Sebastián, Alberto, camilo Auxiliares de Terapia Ocupacional. Siendo las 11:00 am, se realiza capacitación con el objetivo de tratar los siguientes puntos: -Que son las AVD, (Actividades de la Vida Diaria). -Tipos de las AVD, (Actividades de la Vida Diaria). -Cuáles son las Actividades básicas de la vida diaria (abvd). - Que son las Actividades instrumentales de la vida diaria (aivd). - Tipos de las Actividades instrumentales de la vida diaria (aivd). -Que son las Actividades avanzadas de la vida diaria (aavd). - ¿Cómo se determina el grado de dependencia de estas personas? - ¿Cómo trabajar las actividades de la vida diaria? - Beneficios del trabajo de las actividades de la vida diaria -Post test y Pre-test sobre el tema enunciado. DESARROLLO La profesional de Terapia Ocupacional inicia con el post-test de que son las actividades de la vida diaria y los tipos, luego se inicia la capacitación explicando sobre los temas nombrados. **Actividades de la vida diaria (AVDs). Qué son y tipos** ¿Conoces cuáles son las actividades de la vida diaria? ¿Sabrías clasificarlas entre básicas, instrumentales y avanzadas? ¿Quieres aprender cómo trabajar las ADVs en pacientes? Si es así, sigue leyendo porque en este post te traemos toda la información necesaria sobre las actividades de la vida diaria y su tipología. **¿Qué son las actividades de la vida diaria?** Las actividades de la vida diaria, también conocidas como áreas de ocupación, son todas aquellas tareas y rutinas típicas que los adultos realizan diariamente y que le permiten vivir de forma autónoma e integrada en la sociedad, cumpliendo así su rol dentro de ella.

Si entendemos que la realización de ADVs integran a las personas en la sociedad, comprenderemos que éstas se vuelven necesarias como apoyo para la identidad de nuestros mayores.
En el conjunto de actividades de la vida diaria se encuentran aquellas dedicadas al cuidado de sí mismo y el auto mantenimiento, como puede ser comer, vestirse, el aseo, la limpieza del hogar y la lavandería. En suma, también incluyen algunas otras como tomar transporte público, sacar dinero del cajero o la búsqueda de empleo.

Tipos de actividades de la vida diaria
Las ADVs se categorizan de la siguiente manera:
Las actividades básicas de la vida diaria (abvd) son aquellas rutinas que cuidan el propio cuerpo, por lo que hablamos de acciones o cuidados médicos que no pueden ser delegadas a terceros.

¿Cuáles son algunas de las actividades básicas de la vida diaria más comunes?

- Baño / ducha.
- Vestuario.
- Alimentación.
- Control en los esfínteres.
- Movilidad funcional.
- Cuidado de las ayudas técnicas personales.
- Higiene personal y aseo.
- Actividad sexual.
- Dormir
- Higiene del inodoro.

Se puede decir que estas actividades básicas responden a necesidades básicas de los individuos adultos. Requieren poco esfuerzo y son sencillas, aunque puede hacer falta cuidados médicos para su consecución. Sin la capacidad de realizar estas tareas, el ser humano no podría sobrevivir por sí mismo.

Actividades instrumentales de la vida diaria (aivd)

Las actividades instrumentales de la vida diaria tienen como objetivo la interacción con el entorno. Hablamos de acciones que suelen ser un poco más complejas que las actividades básicas y que, en este caso, pueden ser delegadas a terceros para recibir su apoyo. Se puede decir que las AIVD no son tan elementales y no necesitan cuidados médicos, pero sí necesarias para la vida independiente en la comunidad.
Estas son algunas de las actividades instrumentales:

Cuidado de otros (incluyendo la selección y supervisión de cuidadores)
Atención de las mascotas.
Educar a los niños.
Uso de los sistemas de comunicación.
Movilidad en la comunidad.
Manejo de temas financieros.
Cuidado de la salud y manutención.
Crear y mantener un hogar.
Cocinar y limpiar.
Procedimientos de seguridad y respuestas de emergencia.
Ir de compras.

Este tipo de tareas requieren un poco más de esfuerzo, organización y prevención por parte del ser humano, pero su no realización no podrá en peligro la supervivencia del mismo, como sí pasaba con el anterior tipo de actividades cotidianas.

Actividades avanzadas de la vida diaria (aavd)

Las actividades avanzadas de la vida diaria son por definición, aquellas que posibilitan el desarrollo personal del sujeto dentro de la sociedad. Son complejas y requieren un mayor grado de organización, pero no comprometen la independencia del individuo ni necesitan cuidados médicos. Realmente se puede vivir sin ellas, sin embargo, la persona no alcanzará la realización personal. Estos algunos de los ejemplos de las actividades avanzadas de la vida diaria:

Educación: Son aquellas AAVD destinadas a integrar al usuario en el sistema educativo y estudiantil. Algunos de los ejemplos de estas actividades avanzadas son, por ejemplo:

Participación en la educación formal.
Exploración de las necesidades o intereses personales en la educación.
Participación personal en la educación informal.

Trabajo: Son las tareas y rutinas que permiten al individuo obtener un empleo remunerado, así como, realizar actividades de voluntariado.

Este tipo de **AAVD** serán:
Interés y búsqueda de empleo
Consecución y desempeño del trabajo
Preparación para la jubilación

Realización de voluntariado

Juego: Las actividades avanzadas que recoge esta categoría son todas aquellas capaces de otorgar entretenimiento y diversión al individuo. La exploración del juego y la participación en ellos serán las actividades principales.

Tiempo libre: Acciones realizadas de manera voluntaria durante el tiempo libre que no esté ocupado por actividades obligatorias como trabajar y el cuidado personal.

Exploración del tiempo libre.

Preparación para el ocio.

Participación social: Sentirse dentro de un conjunto social es lo que persigue este tipo de actividades avanzadas. Las relaciones pueden darse en diferentes ámbitos:

Comunidad
Familia
Compañeros/ amigos.

Como comentábamos antes, las actividades cotidianas más avanzadas son complejas a la par que innecesarias para la supervivencia del individuo, sin embargo, ser capaz de desarrollarlas mejorará su calidad de vida y lo integrarán en la sociedad.

¿Cómo se determina el grado de dependencia de estas personas?

En la actualidad, existen diferentes escalas para la valoración del grado de Dependencia que poseen, así como, los cuidados médicos necesarios que necesitan las personas para la realización de las actividades básicas e instrumentales de la vida diaria. La más utilizadas son: el índice de Barthel y la escala de Incapacidad de la Cruz Roja.

relacionado Índice o escala de Barthel

¿Cómo trabajar las actividades de la vida diaria? Trabajar de manera adecuada las actividades de la vida diaria conseguirá aumentar

	la autonomía del sujeto y les servirá como terapia ocupacional. Cualquier plan de actuación para el trabajo de las AVDS pasa por estas etapas: Identificar la tarea a realizar, así como planificar y elegir las estrategias adecuadas para su consecución. Secuenciar la tarea de manera organizada. Ser capaz de iniciar, ejecutar y finalizar las acciones. Eludir las distracciones. Control del trabajo que dé como resultado la percepción del error. Resolución de problemas inesperados. Control del tiempo de realización. **Beneficios del trabajo de las actividades de la vida diaria** Con el apoyo de la ayuda técnica adecuada, como, por ejemplo, terapia ocupacional, las actividades para trabajar habilidades de la vida diaria consiguen en la capacidad del individuo: Aumenta la seguridad en sí mismo. Mayor autonomía personal. Mejorar el bienestar. Participación activa y autónoma del sujeto en la sociedad. Prevalecer la identidad personal del sujeto el mayor tiempo posible. La consecución de los objetivos no sólo mejorará funcionalmente la vida del sujeto, sino que inyectará un plus de motivación que le hará sentir útil y activo. Por último, se realizan las preguntas y dudas sobre eln tema y por último se realiza, el Pre test, de que son las actividades de la vida diaria teniendo en cuenta la capacitación.

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	CAROLINA MONTES	TERAPEUTA OCUPACIONAL	CCC CAMINOS DE VIDA
	SEBASTIAN RUIZ	AUXILIAR DE TERAPIA OCUPACIONAL	CCC CAMINOS DE VIDA

	ALBERTO CONTRERAS CLAVIJO	AUXILIAR DE TERAPIA OCUPACIONAL	CCC CAMINOS DE VIDA
	CAMILO PADILLA	AUXILIAR DE TERAPIA OCUPACIONAL	CCC CAMINOS DE VIDA
	CAROLINA PEÑALOZA SANCHEZ	TERAPEUTA OCUPACIONAL	CCC CAMINOS DE VIDA

	Actividad	Responsable	Fecha límite
Compromisos	Nos ponemos de acuerdo que, en el trascurso del mes, nos informen un tema que les gustaría tratar para la siguiente capacitación.	CAROLINA MONTES	30/Oct/2024
Próxima reunión	19/nov/2024		
Elaboró	Carolina Peñaloza Sánchez Terapeuta Ocupacional		


Calle los Ocobos - Chinauta
Fusagasugá - Cundinamarca
oct 16,2024 11:31:26 a. m.


Calle los Ocobos - Chinauta
Fusagasugá - Cundinamarca
oct 16,2024 11:31:20 a. m.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024O18983 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: QUE SON ACTIVIDADES AVD. 2. Lugar o Localidad o Sede: AREA T.O 3. Fecha y hora: 16. OCT. 2024

4. Nombre responsable: CAROLINA PEÑALOZA S. 5. Dependencia responsable: TERAPIA OCUPACIONAL.

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Camilo Andres Padilla T	CC	1033732374	CC caminos de vida	Tallerista	Contratista	Caminosdevida@gmail.com	3212744293	
2	Sebastian Ruiz Dimate	CC	1069754951	CC Caminos de Vida	Tallerista	Contratista	ruizdimatesebastian@gmail.com	3125658409	
3	CAROLINA PEÑALOZA S	CC	52213439	CC caminos de vida	T.O	Contratista	caminosterapiaocupacional@gmail.com	3115926660	
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									