Lugar	*CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA*
Fecha	26/12/2024 -7:00P.M.
Tema	Manejo de Caídas
Desarrollo	Se realiza un llamado a un grupo de personas mayores reunirse en la sala de actividades para realizar un taller a cargo de primeros auxilios. con la finalidad de crear conciencia se desarrollará de la siguiente manera. Durante esta presentación, se socializará de manera clara y comprensible los principales puntos a tratar sobre el cuidado y el manejo de caídas en adultos mayores, también se abordarán temas cruciales, así como el objetivo que es crear conciencia y proporcionar herramientas para mejorar la salud a través un cuidado personal adecuado Al final de la presentación, se realizará una actividad lúdica donde las personas mayores podrán compartir y discutir las temáticas abordadas. Esta interacción permitirá reforzar, los conocimientos adquiridos y fomentar una mayor comprensión sobre la importancia del autocuidado personal en las cosas diarias que hacemos. Siguiendo se les explica porque es importante el cuidado y manejo de las caídas ya que es una forma efectiva de prevenir y propagar las enfermedades y para mantener un nivel de salud personal adecuado **Manejo de caídas** El manejo de caídas se refiere al conjunto de estrategias y acciones destinadas a prevenir, minimizar los riesgos y gestionar las consecuencias de las caídas, especialmente en poblaciones vulnerables como los adultos mayores. **Causas comunes de caídas:** • Alteraciones del equilibrio. • Medicamentos que provocan somnolencia o mareos. • Obstáculos en el hogar (alfombras sueltas, mala iluminación, escaleras). • Problemas de visión. **Prevención de caídas:** • Modificaciones en el hogar: barras de apoyo, superficies antideslizantes, iluminación adecuada. • Ejercicios para mejorar el equilibrio y la fuerza, como tai chi o yoga. • Uso adecuado de ayudas técnicas (bastones, andadores). **Cómo actuar tras una caída:** • Permanecer en el suelo si hay dolor y buscar ayuda en lugar de intentar levantarse rápidamente. • Usar un método seguro para levantarse si no hay lesiones graves (por ejemplo, rodillas y manos).

	• Contactar a un profesional de la salud si es necesario. **Autocuidado:** • Incentivar chequeos médicos regulares para evaluar riesgos. • Educación sobre la importancia del uso de calzado adecuado

Asistentes	Actividad	Responsable	Dependencia
	Luz Myriam Medina	Auxiliar de enfermería	CCT Cundinamarca
	Alejandro Campos	Facilitador	CCT Cundinamarca
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No se dejan compromisos	No aplica	No aplica
Próxima reunión	No se propone nueva reunión.		
Elaboró	Luz Myriam Medina-Auxiliar de enfermería.		

Anexos: Registró fotográfico, Formato planilla de asistencia FOR-GD-023 y Formato lista de ingreso de actividades FOR-PSS-525

Responsable: Auxiliar de enfermería	Nombre
Fecha: 26 diciembre del 2024	Manejo de Caídas
	
	

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024 Página: 1 de 1

1. Tema: Estilos de vida Saludable 2. Lugar o Localidad o Sede: CCT Cundinamarca 3. Fecha y hora: 26/12/2024 7:10 P.M.

4. Nombre responsable: Luz Deoina Soledad 5. Dependencia responsable: Primeros Auxilios

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	Luz Deoina	C.C.	1023912324	CCT Cundinamarca	Auxiliar de enfermería	Contratista		3208240042	
2	Alejandro Castellanos	CC.	1023970663	CCT Cundinamarca	Facilitador	Contratista	alejo.1408200@g	3103097731	
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Escaneado con CamScanner

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 2
Fecha: Memo CE2024IR223 05/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA
Nombre del coordinador	YEINY MARTINEZ
Nombre de quien registra el ingreso	Alejandro Castellanos Campos

Fecha: 26·12·2024
Jornada: Día: ☐ Noche: X

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES — Nombre del Profesional: LUZ MEDINA — ACTIVIDAD 1 — LINEA: CENTROS DE VIDA SALUDABLE	Nombre del Profesional: — ACTIVIDAD 2 — LINEA	Nombre del Profesional: — ACTIVIDAD 3 — LINEA	Nombre del Profesional: — ACTIVIDAD 4 — LINEA
	TIPO	NUMERO	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA							
1	CC	1919441	Luis Carlos	Arias Forero			NO			
2	CC	4139491	Flor Miryam	Reyes Herchun			NO			
3	CC	20549375	Zoila Rosa	Gaitan.			NO			
4	CC	41308070	Ana Maria	Zamora Sanchez			NO			
5	CC	1107533867	Saulo	Mosquera Mosquera			NO			
6	CC	17129522	Juan Bautista	Niño			NO			
7	CC	3045396	Jorge Enrique	Trujillo Laguna			SI			
8	CC	2313698	Jose Joaquin	Torrijos Sanchez			NO			
9	CC	72148209	Steeb Miranda.	Francisco Luis.			NO			
10	CC	3345976	Carlos Adolfo	Mora Vasquez			NO			
11	CC	5357095	Manuel Ignacio	Rocio Maya			NO			
2	CC	5248158	Jose Francisco	Paez			NO			
13	CC	19050070	Regulo Cesar	Gutierrez Reyes			NO			
14	CC	14209165	Jose Eduber	Jaramillo Vargas			NO			
15	CC	17084316	Victor Julio	Segovia			NO			
16	CC	14433715	Luis Eduardo	Cajigas Gonzalez.			NO			
17	CC	17044057	Salomon	Maldonado Hernandez			NO			
18	CC	17077757	Luis Fidel	Castellanos Gaitan.			NO			
19	CC	17151176	Bernardo	Restrepo Duque			NO			
20	CC	13132849	Alvaro	Rodriguez Camelo			NO			
21	CC	14445229	Alejandrino	Valencia Florez			SI			
22	CC	3281477	Romelio	Ospina Gomez			NO			
23	CC	3295130	Hernando	Arias Machado			NO			
24	CC	17140851	Luis Manuel	Sandoval.			NO			
25	CC	7503499	Jose Dorian	Martinez Lopez			NO			

Escaneado con CamScanner

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-325
Versión: 2
Fecha: Memo 20242062223 - 05/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA

Nombre del coordinador: YEINY MARTINEZ

Nombre de quien registra el ingreso: Alejandro Castellanos Campos

Fecha: 26 - 12 - 2024

Jornada: Día ☐ Noche: X

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: NC MEDINA	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NUMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA ESTILOS DE VIDA SALUDABLE	LINEA	LINEA	LINEA
26	CC	19052573	Luis Carlos	Varela			NO			
27	CC	19091123	Jorge William	Gonzalez Cadavid			Si			
28	CC	51574931	Ana Maria	Ruiz Calderon			NO			
29	CC	19062898	Misael	Lozano			NO			
30	CC	19072609	Luis Guillermo	Jimenez Baicra			NO			
31	CC	19071089	Luis Alfonso	Ruiz Espinoza			NO			
32	CC	20398332	Bertha Lucia	Torres Amaya			NO			
33	CC	31858380	Marta Gema	Manrique Contreras			Si			
34	CC	65495056	Maria Nubia	Lopez Abello			Si			
35	CC	51865419	Luisa Esperanza	Mayorga Solis			Si			
36	CC	19281379	Efrain	Luitota Forero			Si			
37	CC	93345701	Guillermo	Lamprea Bonilla			NO			
38	CC	19167775	Francisco Jose	Rodriguez Acosta			Si			
39	CC	70053780	Luis Enrique	Vera Arango			Si			
40	CC	14091275	Arturo	Escobar Aragon			NO			
41	CC	19097362	Jaime	Rodriguez Noa			Si			
42	CC	19198562	Jorge Alfredo	Higuera Reyes			Si			
43	CC	19273081	Alvaro	Varon Acosta			NO			
44	CC	19176561	Luis Eduardo	Davila Sanchez			SI			
45	CC	79230777	Anacleto	Gonzalez Garcia			NO			
46	CC	19342420	Orlando	Chavarro Gomez			NO			
47	CC	41903819	Rosalia	Ruiz Uriego			SI			
48	CC	19210200	Luis Felipe	Gonzalez Pinzon			NO			
49	CC									
50	CC									

Escaneado con CamScanner