



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

Página: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado La Macarena

1.2 Localidad: Fuera de Bogotá

2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: cuerpo y mente _

14	1	2025	al	22	1	2024
----	---	------	----	----	---	------

2.2. Nombre del encuentro: 1 EL ARTE DE CUIDARTE 2. MUEVETE POR LA VIDA

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: María Fernanda Ramos Martínez, Enfermera Profesional.

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Diseñar y ejecutar estrategias de cuidado integral que incluyan acciones de acompañamiento nutricional, promoción de la salud y actividades físicas, con el fin de fomentar la adopción de hábitos saludables y contribuir a una vejez activa y plena.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

ACTIVIDAD 1. Fomentar la adopción de hábitos saludables que promuevan el bienestar integral de la persona, mejorando su salud física, mental y emocional, así como la prevención de enfermedades. Esto se logra a través de la educación, la conciencia sobre las necesidades del cuerpo y la mente, y la implementación de prácticas diarias que favorezcan el autocuidado personal.

ACTIVIDAD 2. Reducir el riesgo de aparición de enfermedades físicas y mentales mediante la adopción de hábitos saludables, la detección temprana de posibles factores de riesgo y la promoción de prácticas preventivas. Esto incluye la educación sobre la importancia de el conocimiento de las enfermedades comunes mas prevalentes.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1. MOMENTO INICIAL	ACTIVIDAD 1: EL ARTE DE CUIDARNOS: Las personas mayores de la comunidad de cuidado el día 14 de enero de 2025 fueron convocadas a participar en la realización de la mesa de trabajo PAI de esta línea donde se tienen en cuenta sus ideas y sugerencias, para el abordaje de actividades de prevención y promoción, de esta manera se aprovecha este espacio para hablar de la prevención de úlceras por presión en las personas mayores.
	ACTIVIDAD 2 CUIDA TU SALUD: La actividad se realizó el día 22 de enero de 2025 las personas mayores fueron convocadas en la marquesina de la comunidad de cuidado la camarena para participar en la actividad de cuida tu salud.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	ACTIVIDAD 1 EL ARTE DE CUIDARNOS: Se da inicio a la actividad sobre la prevención de úlceras por presión en las personas mayores, donde se estará mostrando un video explicativo como introducción al tema que se está retroalimentando, próximamente se proyecta una infografía donde van a lograr evidenciar a través de imágenes y palabras claves las recomendaciones que deben seguir para disminuir el riesgo de úlceras por presión y sus complicaciones.
	ACTIVIDAD 2 CUIDA TU SALUD: Se da inicio a la actividad sobre enfermedades comunes como la diabetes en las personas mayores, donde se estará mostrando un video explicativo como introducción al tema que se está retroalimentando, próximamente se proyecta una infografía donde van a lograr evidenciar a través de imágenes y palabras claves las recomendaciones que deben seguir para disminuir el riesgo de enfermedades comunes como la diabetes y sus complicaciones.
3.3.3. MOMENTO FINAL	ACTIVIDAD 1 ARTE DE CUIDARTE: Se realiza una ronda de preguntas para verificar que el tema tratado haya quedado claro, también se hace un ejercicio de memoria para reforzar conocimientos adquiridos durante la sesión.
	ACTIVIDAD 2 CUIDA TU SALUD: Se realiza socialización sobre aspectos positivos de la actividad, y actividad de relacionar imágenes con la enfermedad para evaluar los conocimientos sobre el tema tratado.

3.4. RECURSOS

Sonido	Recurso Humanos
Sillas	Profesionales del plan de intervenciones colectivas
Televisor	Recurso Humanos
Computador	Recurso Humanos

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

ACTIVIDAD 1: EL ARTE DE CUIDARNOS: Las personas mayores participaron activamente y participaron en la actividad, se hace resolución de dudas que se generaron durante la sesión desarrollada y se deja recomendación de seguir las indicaciones que fueron expuestas.

Actividad 2 MUEVETE POR LA VIDA: Realizar un seguimiento a medio plazo para evaluar si ha habido una mejora en la salud física o mental de los participantes, como la reducción de factores de riesgo o la mejora en su estado de bienestar. Permitir a los participantes reflexionar sobre cómo las estrategias aprendidas han influido en su salud con respecto a las enfermedades comunes.

Firmas

Actividad 1 Maria Ines Prieto Bravo
María Ines Prieto Bravo CC 41595472

Actividad 2 Jorge Guevara Gonzalez
Jorge Guevara Gonzalez CC 3249088

Actividad 1 Francisco Gallo
Francisco Gallo CC 6180787

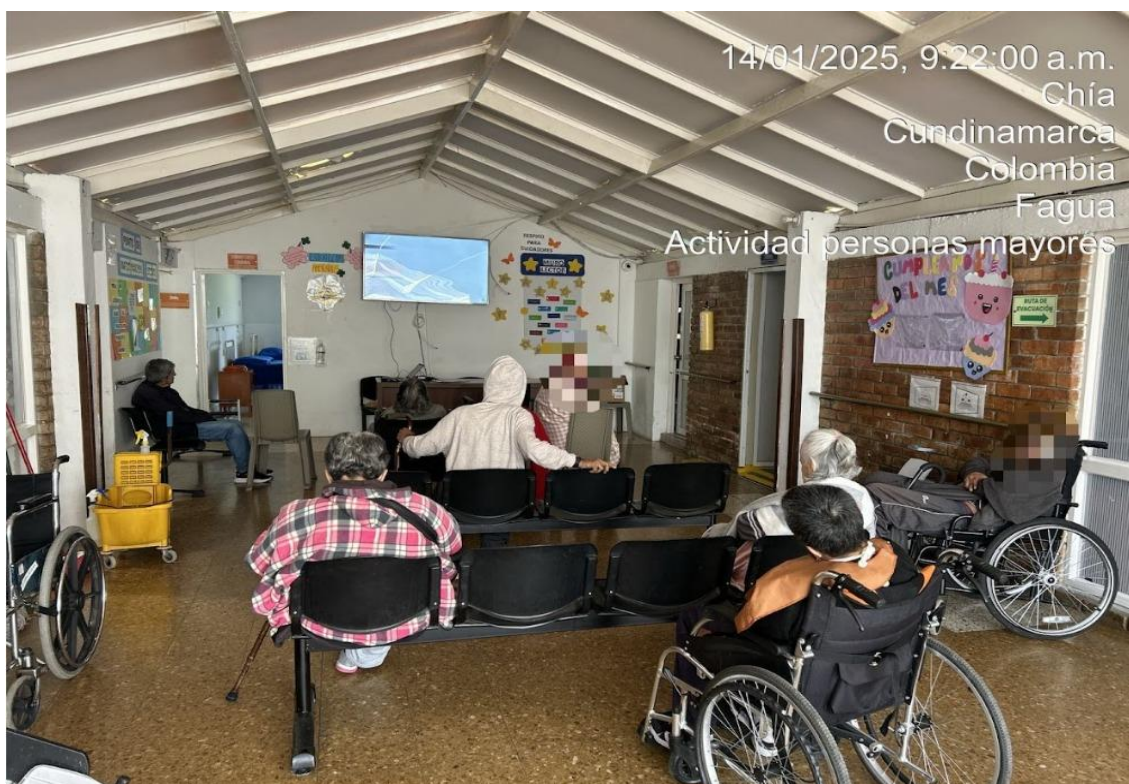
Actividad 2 Juan Manuel Cortes
Juan Manuel Cortes CC 19228361

Coordinadora Ana Paulina Forero
Ana Paulina Forero CC 35413872

Fecha de evaluación del encuentro: 23/01/2025

Nombre del profesional que evalúa: María Fernanda Ramos Martínez - Enfermera Profesional.

FECHA: 14/01/2025	ENFERMERIA EL ARTE DE CUIDARNOS	RESPONSABLE: PROFESIONALES EN ENFERMERIA
-------------------	------------------------------------	--



FECHA: 22/01/2025	ENFERMERIA CUIDA TU SALUD	RESPONSABLE: PROFESIONALES EN ENFERMERIA
-------------------	---------------------------	--

