ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	27 al 31	01	2025		
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento		Profesional a cargo:		William Cárdenas
Nombre de la actividad:	Promoción y prevención de la salud				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover estilos y hábitos de vida saludable en las personas mayores, a través de acciones concretas de promoción y prevención, enfocadas a propiciar una calidad de vida en todas sus dimensiones, biológicas, cognitivas, afectivas y mentales a partir de la transformación de imaginarios y buenas prácticas del envejecimiento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.Se Fomentará el autocuidado en las personas mayores mediante la educación en hábitos saludables, promoviendo prácticas diarias que favorezcan el bienestar físico y mental.

2.Se Capacitará a los participantes en medidas de prevención de enfermedades comunes en la vejez, incluyendo higiene, alimentación balanceada, actividad física y manejo del estrés.

3.Se Sensibilizará sobre la importancia de la salud emocional y cognitiva a través de actividades que estimulen la memoria, la socialización y el bienestar psicológico.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se dará inicio a la actividad saludando cordialmente a las personas mayores e invitándolas a participar en la campaña "el baño es salud", que se llevará a cabo del 01 al 05 de enero de 2025. Esta campaña está orientada l baño y aseo personal da información sobre procesos del baño relacionando con salud, el uso adecuado de implementos para el baño. Durante la invitación, se destacará la importancia del aseo diario, participar en estos espacios diseñados para la salud. Asimismo, se organizará a los participantes en el área de televisión, asegurando que puedan recibir la información de manera clara y accesible.
MOMENTO CENTRAL	El encuentro abordará estrategias para la promoción y prevención de la salud en las personas mayores, destacando la importancia de la alimentación, actividad física, salud mental y prevención de enfermedades. Los asistentes compartirán experiencias sobre autocuidado y, mediante charlas y actividades grupales, se brindarán consejos para superar barreras en la adopción de hábitos saludables, fomentando la autonomía y el bienestar. Se Orientará a la dimensión de vivir como se quiere en la vejez.
MOMENTO FINAL	Para finalizar, se destinarán espacios para aclarar dudas e inquietudes de las personas mayores en relación con la temática propuesta. Se brindarán respuestas a las dificultades identificadas, reforzando la importancia de adoptar hábitos saludables para la prevención de enfermedades y el bienestar integral.

RECURSOS

Televisor	Talento humano
Papelería	sillas

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se dio inicio a la actividad invitando a las personas mayores al área de televisión y comedor, donde se presentó la temática de Promoción y Prevención en Salud a través de dinámicas como debates. Se exploraron conocimientos previos para unificar conceptos y facilitar la comprensión. La actividad abordó estrategias para el autocuidado, la prevención de enfermedades y la adopción de hábitos saludables, promoviendo la corresponsabilidad en el cuidado de la salud. Además, se fortalecieron vínculos entre los asistentes mediante el intercambio de experiencias. Participaron en promedio 135 personas mayores, equivalentes al 51% de los usuarios del servicio. Al cierre, se agradeció la asistencia y se incentivó la participación en futuras actividades.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: William Cárdenas **Fecha:** 27/01/2025	Promoción y prevención en salud
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Alba Barrera. **Fecha:** 28/01/2025	Promoción y prevención en salud
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: William Cárdenas. **Fecha:** 29/01/2025	Promoción y prevención en salud. .
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Alba Barrera. **Fecha:** 30/01/2025	Promoción y prevención en salud
	
	

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: William Cárdenas. **Fecha:** 31/01/2025.	Promoción y prevención en salud
	
	