

 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 Pagina: 1 de 1
Fecha de ejecución:	12	Febrero	2025	
Unidad Operativa:	Centro noche Cundinamarca			
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable			
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento		Profesional a cargo:	Vanessa Barrantes Martínez
Nombre de la actividad:	Hidratación			
DESARROLLO DEL TEMA				
OBJETIVO GENERAL				
Fomentar la conciencia sobre la importancia de la hidratación en las personas mayores, destacando sus beneficios para la salud y el bienestar, mediante la visualización de un video educativo y la realización de una actividad interactiva enfocada en la creación de una cartelera informativa.				
OBJETIVOS ESPECÍFICOS				
1. Explicar de manera clara y accesible las funciones del agua en el organismo y su impacto en la salud de las personas mayores, a través de un video educativo que sirva como introducción al tema de la hidratación. 2. Promover la participación activa de los asistentes en la creación de una cartelera informativa que resuma los beneficios de una adecuada hidratación, incluyendo consejos prácticos para aumentar el consumo de agua y mejorar los hábitos diarios relacionados con la hidratación.				
METODOLOGÍA				
MOMENTO INICIAL	se dio inicio a la actividad con la proyección de un video educativo que abordará la importancia de la hidratación y las funciones esenciales del agua en el organismo, enfocándose especialmente en sus beneficios para las personas mayores. Este video fue una introducción visual y didáctica para sensibilizar a los participantes sobre la relevancia de mantener una hidratación adecuada para la salud.			
MOMENTO CENTRAL	los participantes se involucraron de manera activa en la creación de una cartelera informativa. Se les proporciono material (papel, marcadores, imágenes y textos) para que, en grupo, construyan una cartelera que resuma la información vista en el video, destacando los beneficios del agua en el cuerpo y consejos prácticos para incrementar el consumo diario de agua. Durante este proceso, se fomentará la interacción y el intercambio de ideas entre los participantes, facilitando la reflexión y el aprendizaje colaborativo.			
MOMENTO FINAL	se llevo a cabo una breve exposición de las carteleras creadas por los participantes. Cada grupo tuvo la oportunidad de compartir sus conclusiones y consejos prácticos con los demás, promoviendo el aprendizaje colectivo. Para cerrar la actividad, se realizo un espacio de preguntas y respuestas, donde se resolvieron dudas y se reforzo la importancia de la hidratación en la vida diaria de las personas mayores			
RECURSOS				
computador	sillas			
marcadores	mesas			
hojas de papel				
EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD				
La actividad evidenció un alto nivel de interés por parte de los participantes, quienes mostraron una notable disposición para aprender sobre la importancia de la hidratación. Durante la proyección del video, se observó que los asistentes se mantuvieron atentos y comprometidos con la información presentada, demostrando curiosidad por comprender las funciones del agua en el organismo y su impacto directo en la salud de las personas mayores. En el momento de la construcción de la cartelera, los participantes participaron activamente, compartiendo ideas y colaborando en la identificación de los puntos clave relacionados con la hidratación. Esta participación fue significativa, ya que se abordaron aspectos esenciales como los beneficios del agua, la cantidad recomendada, y consejos prácticos para mejorar el consumo de agua en su vida diaria. La interacción entre los asistentes fue fluida y enriquecedora, lo que permitió que se consolidara un aprendizaje grupal. El nivel de compromiso con el tema fue evidente, ya que los participantes no solo contribuyeron en la creación de la cartelera, sino que también intercambiaron experiencias personales sobre hábitos de hidratación, fortaleciendo el aprendizaje práctico. En general, la actividad cumplió con los objetivos establecidos, promoviendo tanto el conocimiento como la concienciación sobre la importancia de la hidratación para el bienestar de las personas mayores.				



EVIDENCIA FOTOGRAFICA	Nombre de la actividad:
Responsable: Vanessa Barrantes Fecha: 12 de febrero 2025	Hidratación
 <p>12/02/2025, 3:17:49 p.m. Diagonal 19D 36-2 111611 Bogotá Colombia Centro de cuidado transitorio cundinamarca</p>	 <p>12/02/2025, 3:17:56 p.m. Diagonal 19D 36-2 111611 Bogotá Colombia Centro de cuidado transitorio cundinamarca</p>
 <p>12/02/2025, 3:16:20 p.m. Diagonal 19D 36-2 111611 Bogotá Colombia Centro de cuidado transitorio cundinamarca</p>	 <p>12/02/2025, 3:14:51 p.m. Diagonal 19D 36-2 111611 Bogotá Colombia Centro de cuidado transitorio cundinamarca</p>

 <small>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.</small>		<small>PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES</small> <small>FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA PROMOCIÓN PRÁCTICAS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA (PPSANAF)</small>			<small>Código: FOR-PSS-296</small> <small>Versión: 1</small> <small>Fecha: Memo 12024027866 - 30/09/2024</small> <small>Página: 1 de 1</small>	
FECHA: 12 febrero 2025		SERVICIO SOCIAL: Centro de cuidado transitorio día-noche			LOCALIDAD: Puente aranda	
PRÁCTICA O TEMA: Hidratación		TOTAL HORAS: 1 hora				
PROFESIONAL RESPONSABLE: Vanessa Barantes Martinez		PROFESIÓN: Nutrición				
No	TIPO DOCUMENTO	NUMERO DOCUMENTO	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRES	FIRMA
1	CC	3093032	Cortes	Garnizo	Jaime Antonio	
2	CC	14209165	Jaramillo		Jose Eldober	
3	CC	19160980	Mantoya	Gaerrero	Taidex Angel	
4	CC	17151176	Restrepo	Duque	Bernardo	
5	CC	19148562	Higuera	Rojas	Jorge Alfredo	
6	CC	31858380	Monrique	Contreras	María Gema	
7	CC	19382557	Calderon		Miguel	
8	CC	17077757	Castellanos	Garcia	Luis Fidel	
9	CC	19052573	Varela	Varela	Luis Carlos	
10	CC	41308020	Zamora	Sanchez	Aura Maria	
11	CC	19072609	Jimenez	Garcia	Luis Guillermo	
12	CC	41483819	Paz	Urrego	Rosalía	
13	CC	17141909	Castro	Madrigal	Carlos Arturo	
14	CC	17084316	Segura		Victor Manuel	
15	CC	14433715	Cajigas	Gonzalez	Luis Eduardo	

 ALCALDIA MAYOR DE BOGOTA D.C.		PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA PROMOCIÓN PRÁCTICAS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA (PPSANAF)				Código: FOR-PSS-296 Versión: 1 Fecha: Memo 12024027866 - 30/09/2024 Página: 1 de 1
FECHA: 12 febrero 2025		SERVICIO SOCIAL: Centro de cuidado transitorio día-noche				LOCALIDAD: Puente arcángel
PRÁCTICA O TEMA: Hidratación		TOTAL HORAS:				
PROFESIONAL RESPONSABLE: Vanessa Barrantes Martinez		PROFESIÓN: nutrición				
No	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRES	FIRMA
16	CC	65495056	Lopez	Abello	Maria Nobla	Maria Nobla
17	CC	70549375	Garzon		Zaira Rosa	Zaira Rosa
18	CC	20348337	Torres	Amaya	Bertha Lucia	Bertha Torres
19	CC	19086271	Perez		Pedro Antonio	Pedro P
20	CC	17064424	Valbuena	Sanniguel	Staine	Staine
21						
22						
23						
24						
25						
26						
27						
28						
29						
30						

UNIDAD OPERATIVA	Centro cuidado transitorio Cundinamarca
CONVENIO	8224-2024
TEMA	hidratación
NOMBRE DEL PROFESIONAL	Vanessa Barrantes Martínez
Investigación- Acción participativa (IAP)	
1. INVESTIGACIÓN (Análisis de las condiciones históricas de la comunidad, análisis de las condiciones actuales, evaluación participativa)	
<ul style="list-style-type: none"> - Se observó atención y participación en la actividad - Se evidencia bajo consumo de agua - Dentro del centro hay alternativas para incentivar el consumo de agua 	
2. EDUCACIÓN (círculo de estudio para el desarrollo de la conciencia crítica)	
<ul style="list-style-type: none"> - Se utilizó una metodología adecuada para explicar la metodología - El video visual fue útil para explicar el tema 	

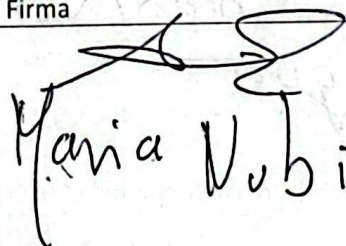
3. ACCION (Índices de acción, desarrollo de la capacidad comunitaria)

- la importancia de / agua en los diferentes órganos y la mente
- la capacitación incentiva el consumo de agua en el centro transitorio
- A la persona mayor le interesa el tema

Nombre de participantes

Vanessa Barantes
Nubia Lopez

Firma


Maria Nubia Lopez