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

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 I2024027866 - 30/09/2024
Página: 1 de 1

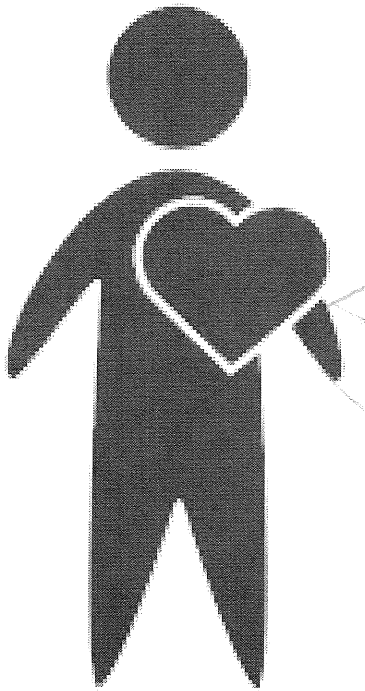
FECHA: 16/02/2025
SERVICIO SOCIAL: Condado - Transitorio Adultez
LOCALIDAD: Rafael U
PRÁCTICA O TEMA: Alimentación en enfermedades del Corazón
TOTAL HORAS: 2
PROFESIONAL RESPONSABLE: Lyna Aarte A
PROFESIÓN: Nutricionista.

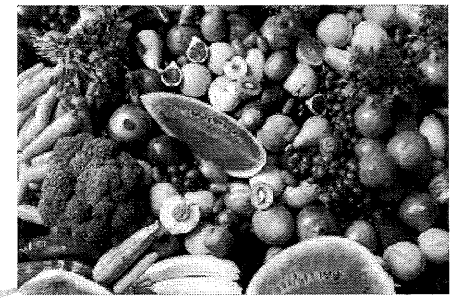
No	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	NOMBRES	FIRMA
1	Cc	17110449	Lopez		Tiberio	
2	Cc	14212174	Vera	Gomez	Alvaro	
3	cc	14167009	Rivera	Bonal	Abelardo	
4	Cc	21229503	Hunter	Londoño	Alba Iner	
5	cc	19307327	Main	Hernandez	Carlos	
6	Cc	19234019	Acosta	Pineda	Jorge Armando	
7	Cc	19067162	Farfan	Diaz	Jaime	
8	cc	28623580	Cabrera	Rincon	Rocio del pilar	
9	Cc	19210833	Carranza		Jorge Enrique	
10	Cc	4143577	Guerra	De Guzman	Visitacion	
11	cc	19084695	Tero	Baez	Jose Luis	
12	Cc	19057960	Campo	Mueller	Heli Guillermo	
13	Cc	412 50344	Helgorjo	Mojica	Jose Antonio	
14	cc	1020779173	Gomez	Gomez	Luz Maria	
15	Cc	22 058341	Ibargüen	Martinez	Yomara	
16	Cc	19096096	Celina	Cabezas	Jorge Enrique	
17	Cc	17165000	Suarez		Luis Angel	
18	cc	14245897	Vargas		Emiliano	
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						

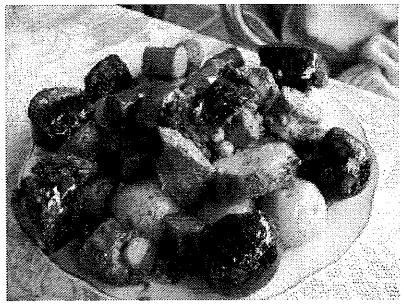
NOTA ACLARATORIA 1: teniendo en cuenta que la población en condición de Discapacidad y vejez no puede firmar, en las acciones IEC desarrolladas desde la Subdirección para la Discapacidad no se diligencia la casilla de firma.
NOTA ACLARATORIA 2: en las acciones IEC desarrolladas con referentes familiares de la Subdirección para la Discapacidad , vejez , u otras subdirecciones los datos que se registran en el formato corresponden a los datos del beneficiario del servicio.
NOTA ACLARATORIA 3: para acciones de promoción dirigidas a población de servicios sociales, cuando se requiera preimpresión del formato con los datos de los participantes, podrá utilizarse este formato prediligenciado tomando el listado SIRBE descargado en Excel con los participantes del servicio, ubicando el encabezado y la columna para las firmas correspondientes.
NOTA ACLARATORIA 4: para acciones de promoción dirigidas a población de servicios sociales de la subdirección para la Infancia, y subdirección para la Familia se diligencian los formatos definidos para cada uno de ellos y sus modalidades, con el fin de no incurrir en duplicidad .

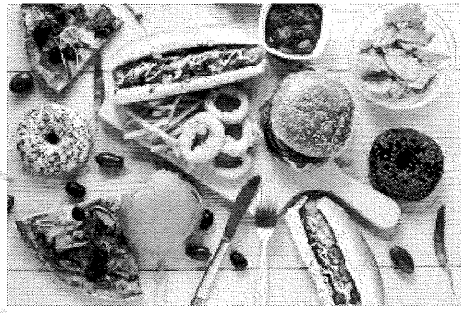
"Tratamiento de datos personales. Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual, es un deber y un compromiso de los participantes de la SDIS, no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar, de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013".

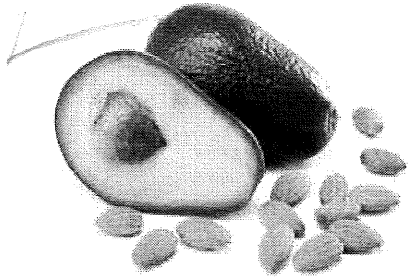
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

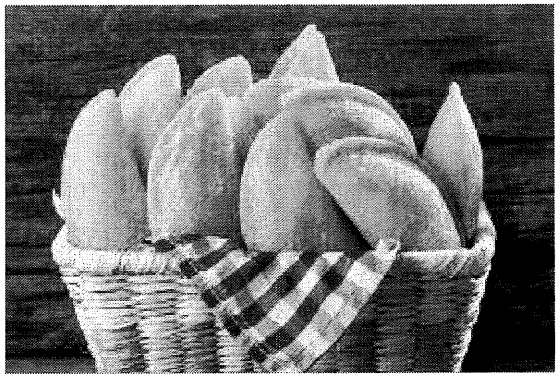






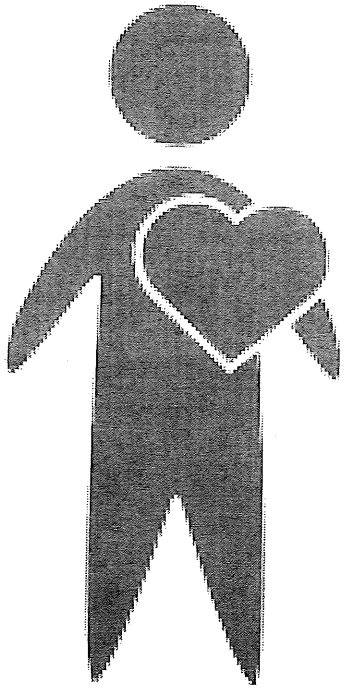


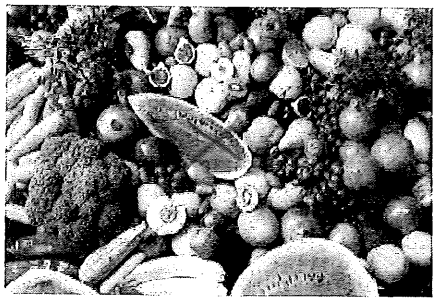




Luis Suarez
Jorge Cecchini

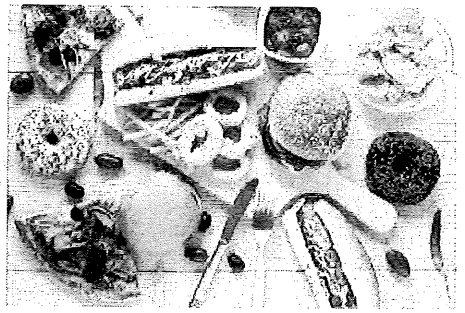
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025



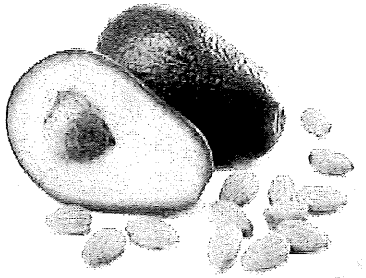




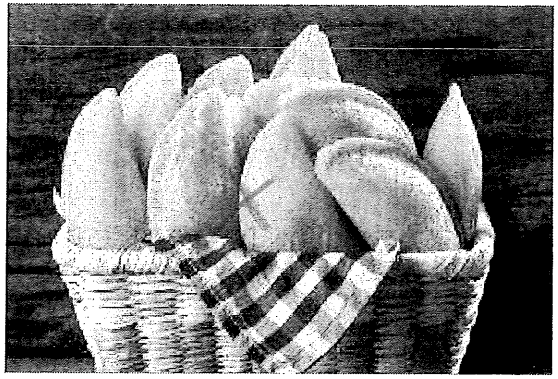
D



P

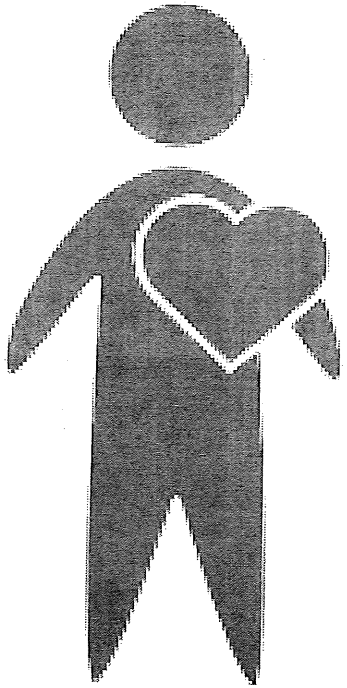


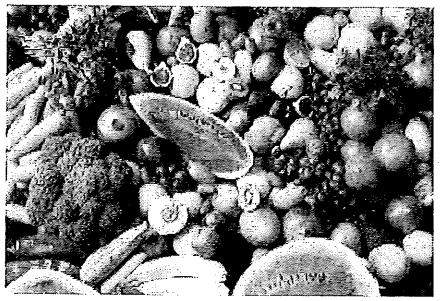
SI

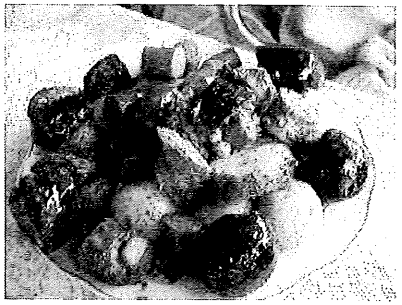


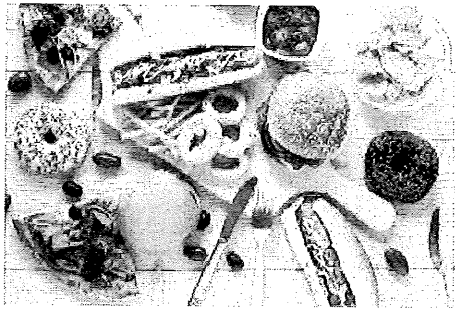
Emiliano Vargas
Anahuac Melchor

ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

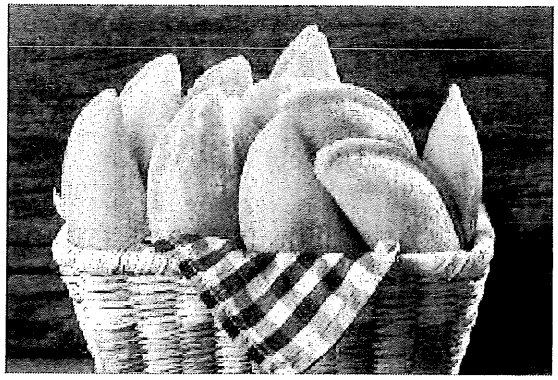






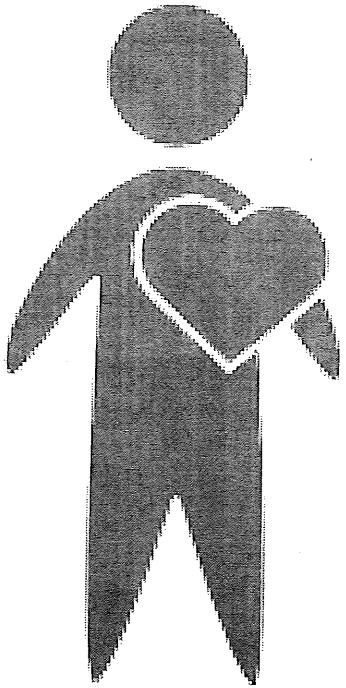


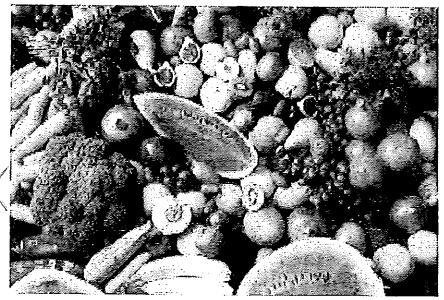




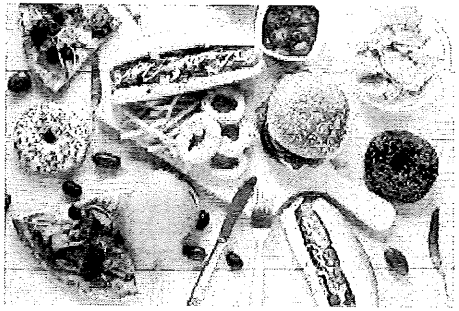
Xiomara Ibargüen.
Luz Gomez

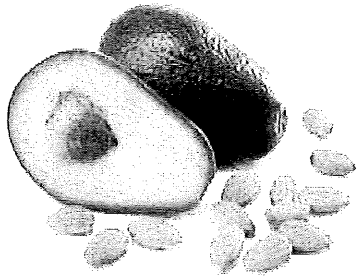
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

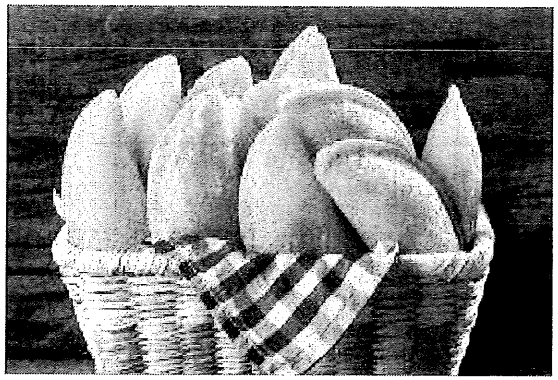


X 

X 

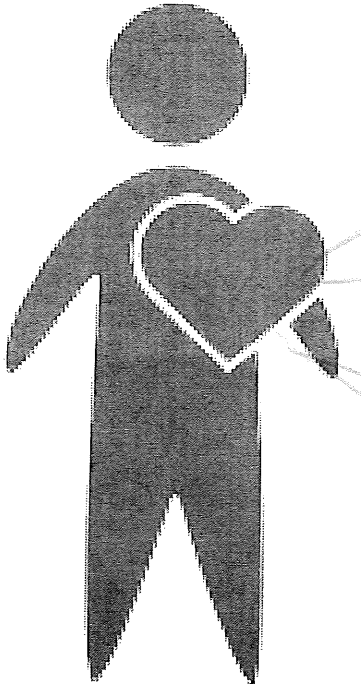
X 

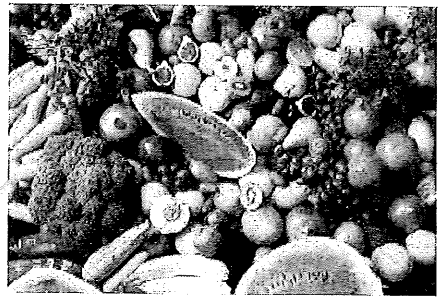
X 

X 

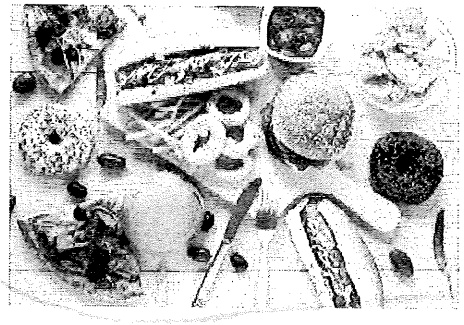
Heidi Campo

ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

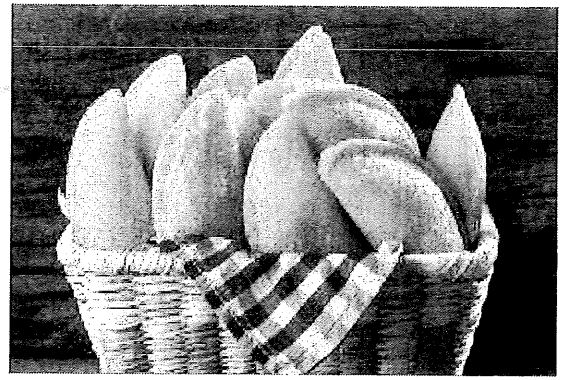






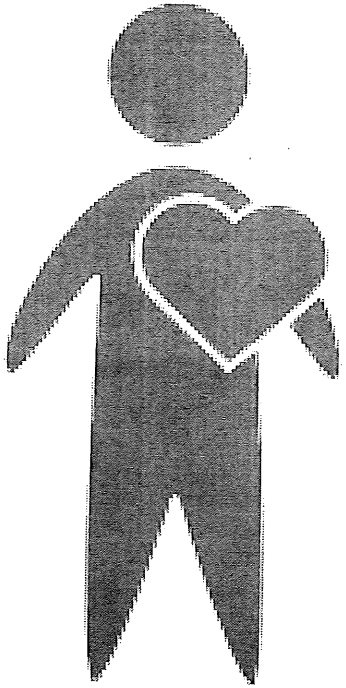


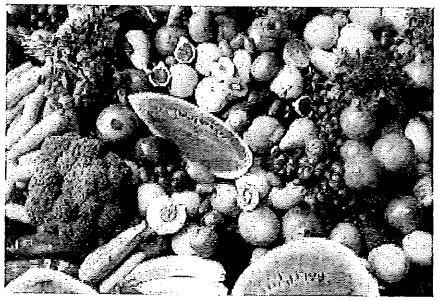




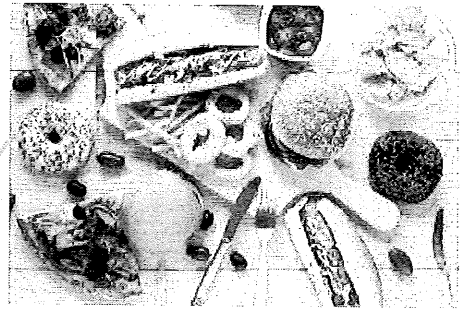
Jorge Carranza

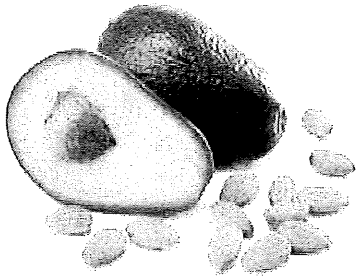
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

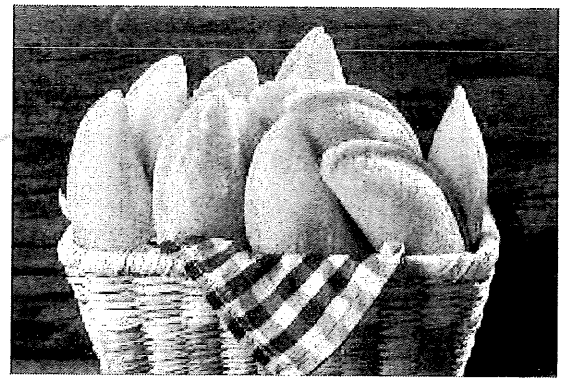






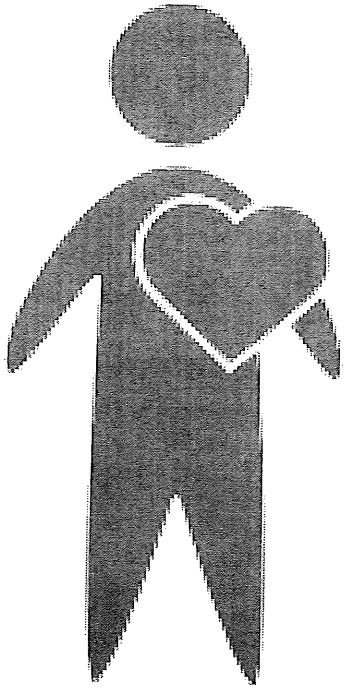


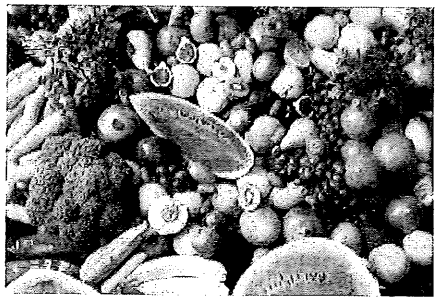




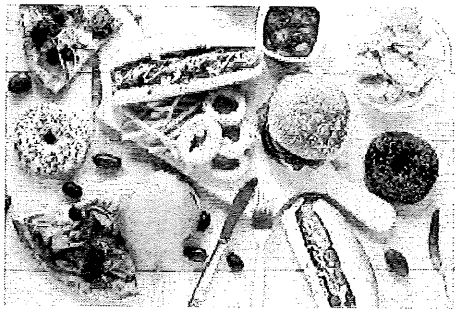
Abelardo Alvara Vera.

ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

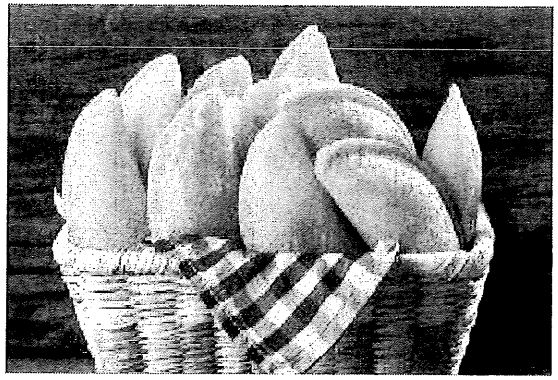






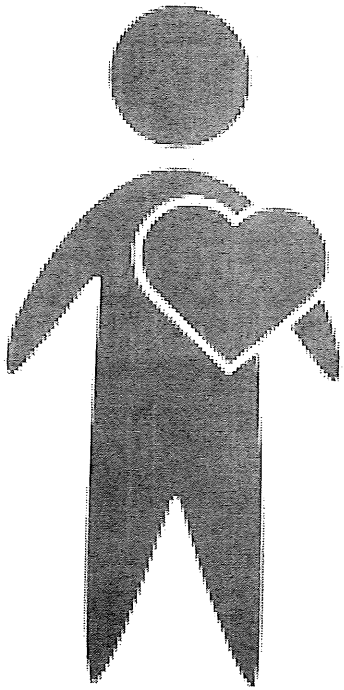


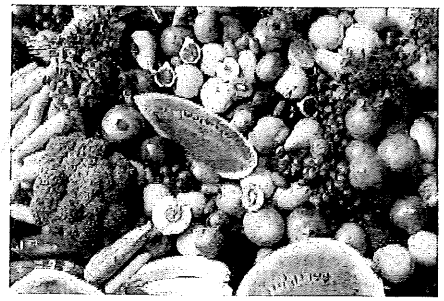




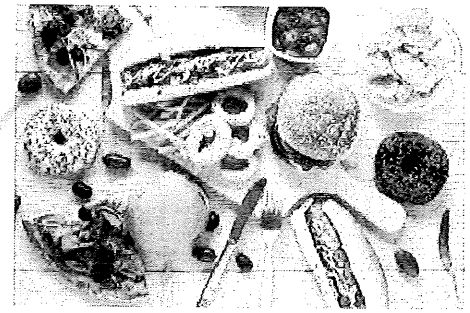
Rocío Cabrera
Jaime Tortes

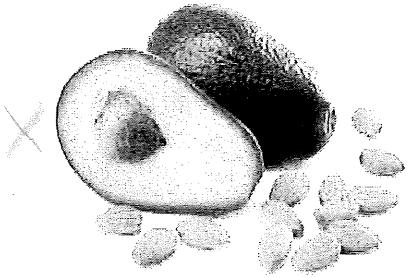
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

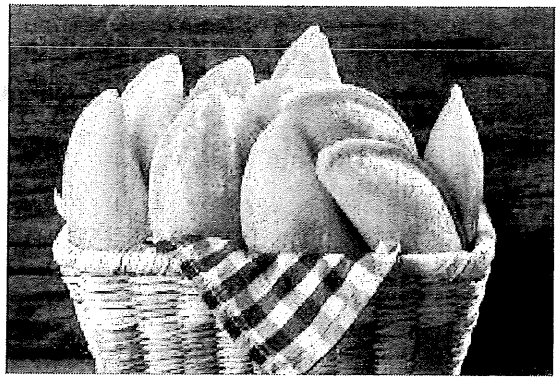






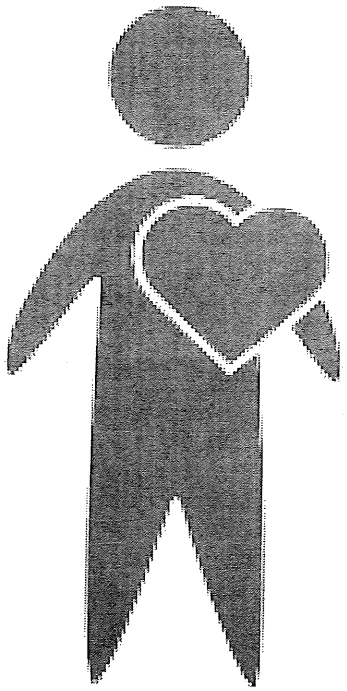


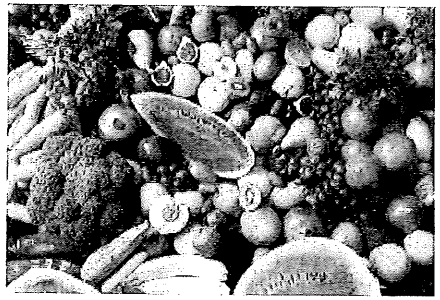


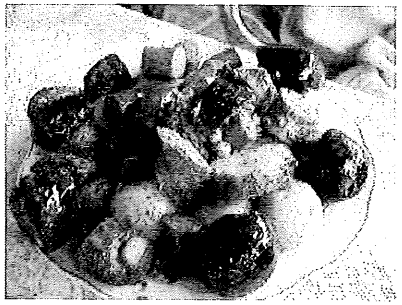


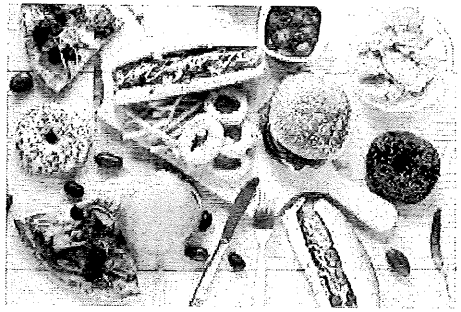
Jorge Acosta.

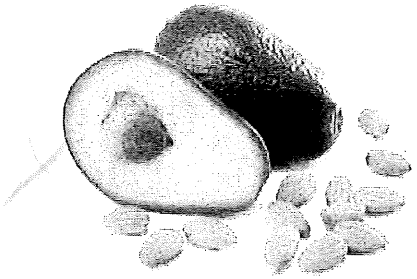
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

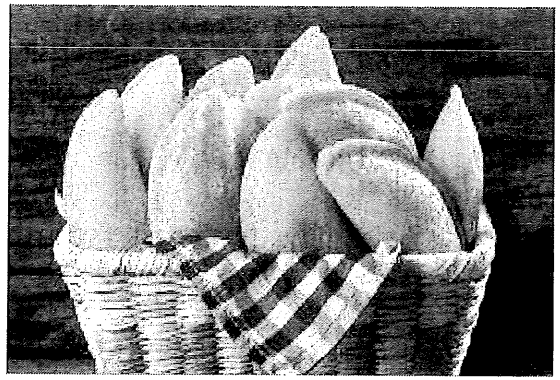






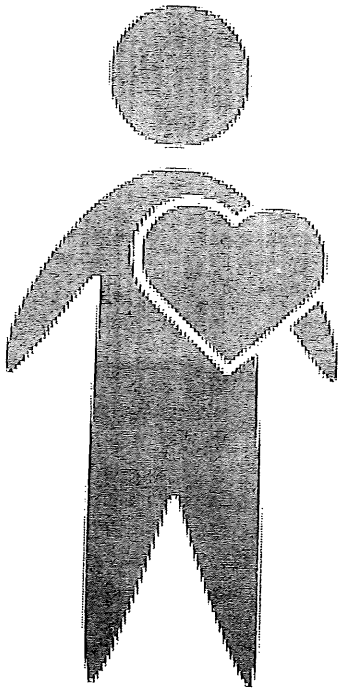


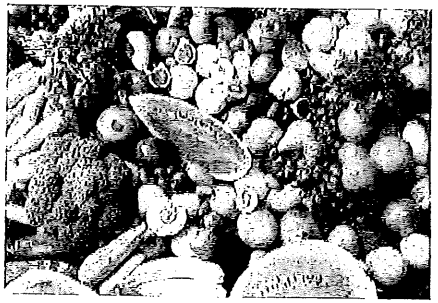




Albaro Hunter
Alba Hunter

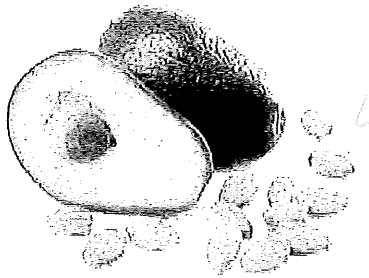
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

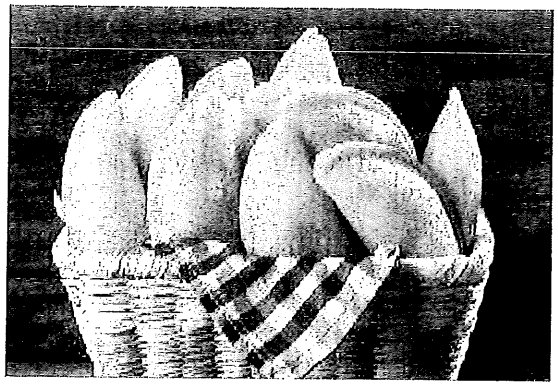






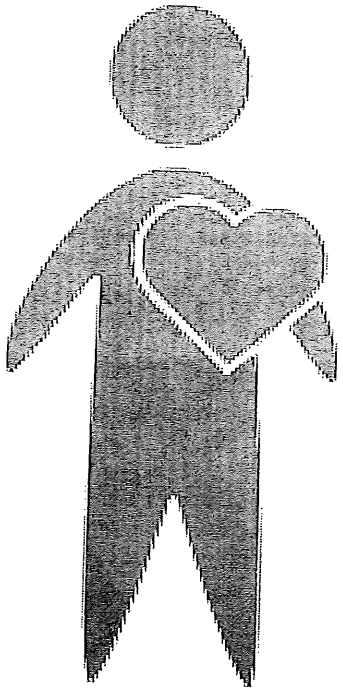


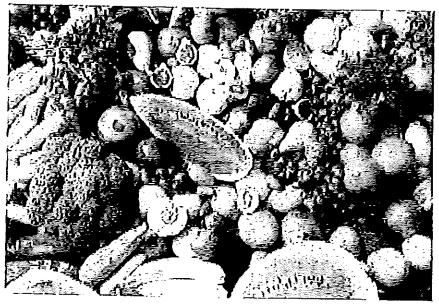




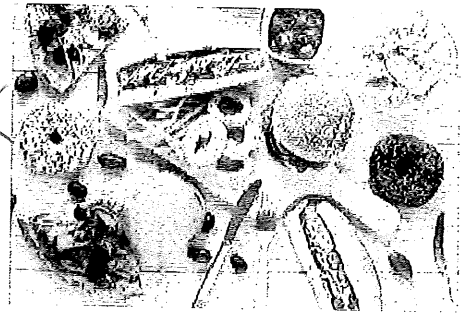
Color Rosa.

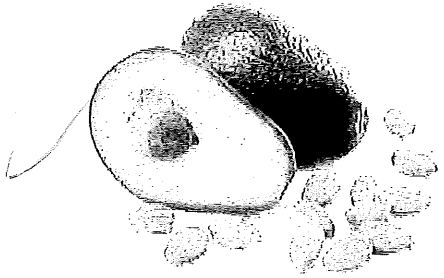
ACTIVIDAD EVALUACIÓN PRE ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

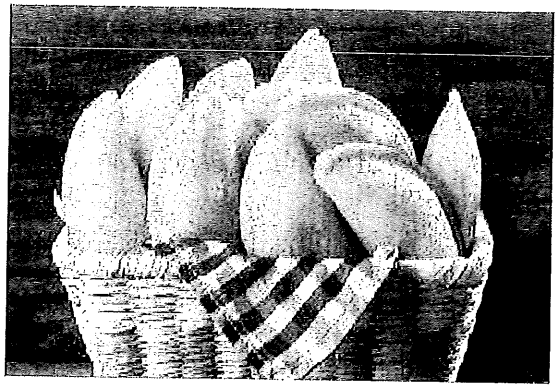












Visitación Guerra

José Feno

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.	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:	16	feb	2025		
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Quiroga				
Componente de Atención:	Imaginarios practicas del envejecimiento				
Línea de Atención:	Buenas Practicas del envejecimiento			Profesional a cargo:	Lyna Marcela Olarte Arias - Nutricionista
Nombre de la actividad:	Alimentación en enfermedades del corazón.				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Reconocer la alimentación saludable y adecuada en enfermedades cardiovasculares promoviendo los buenos habitos y practicas alimentarias en los adultos mayores y la reflexion frente a el exceso de grasa saturadas en la ingesta diaria de alimentos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Conceptualizar las enfermedades cardiovasculares

Reconocer alimentación saludable en enfermedades del corazón

Reconocer las practicas alimentaria que se tienen culturalmente establecidas.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se da inicio a la actividad convocando a las personas mayores al auditorio, se realiza la presentación de la nutricionista quien sera la profesional que lleve a cabo la actividad central con el tema alimentación en enfermedades del corazón. Se continua la actividad con la presetación del video "Graso error" , el cual lleva a la reflexión central de las elecciones alimentarias prácticas de consumo de alimentos altos en grasas como estos afectan el estado de salud promueven las enfermedades del corazón.
MOMENTO CENTRAL	Se prosigue con el desarrollo del tema en donde se realiza una presentación de la enfermedad cardiovascular, la cual es un término amplio para problemas con el corazón y los vasos sanguíneos. Estos problemas a menudo se deben a la aterosclerosis. Esta afección ocurre cuando la grasa y el colesterol se acumulan en las paredes del vaso sanguíneo (arteria). Esta acumulación se llama placa. Con el tiempo, la placa puede estrechar los vasos sanguíneos y causar problemas en todo el cuerpo. Si una arteria resulta obstruida, esto puede llevar a que se presente un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular.La cardiopatía coronaria (CHD, por sus siglas en inglés) es el tipo más común de enfermedad cardíaca y sucede cuando se acumula placa en las arterias que conducen al corazón. También se llama arteriopatía coronaria (CAD, por sus siglas en inglés). Cuando se estrechan las arterias, el corazón no puede recibir suficiente sangre y oxígeno. Una arteria bloqueada puede causar un ataque cardíaco. Con el tiempo, la CHD puede debilitar el miocardio y provocar insuficiencia cardíaca o arritmias. La insuficiencia cardíaca ocurre cuando el miocardio se vuelve rígido o débil. No puede bombear suficiente sangre oxigenada, lo cual causa síntomas en todo el cuerpo. La enfermedad puede afectar solo el lado derecho o el lado izquierdo del corazón. Es muy frecuente que ambos lados del corazón estén comprometidos. La preeion arterial alta y la CAD son causas comunes de la insuficiencia cardíaca. Las arritmias son problemas con la frecuencia cardíaca (pulso) o el ritmo cardíaco. Esto ocurre cuando el sistema eléctrico del corazón no funciona correctamente. El corazón puede palpitar demasiado rápido, demasiado lento o en forma irregular. Algunos problemas del corazón, como un ataque cardíaco o una insuficiencia cardíaca, pueden causar problemas con el sistema eléctrico del corazón. Algunas personas nacen con una arritmia. Fibra dietética La fibra puede reducir el colesterol plasmático por dos mecanismos: por un lado, como acelera el tránsito intestinal, reduce la absorción de colesterol; por otro, es capaz de absorber ácidos biliares, promover su eliminación fecal y, de ese modo, estimular el catabolismo del colesterol. Sin embargo, estos efectos sólo han sido demostrados en alimentos que contienen elevada fibra soluble (gomas y pectinas) como las frutas, verduras y las legumbres ingeridos en alta cantidad, y no en alimentos ricos en fibras insolubles.
MOMENTO FINAL	Para finalizar la actividad se realizará una actividad ludica en donde se pide que realicen grupos de a tres o parejas y diligencien una actividad evaluativa del tema abordado por medio de imagenes de preparaciones tipicas y alimentos , en donde deben señar con si o no los alimentos que afectan al corazón y los que protegen al corazón. Luego se pedirá a algunas personas mayores asistentes que de forma voluntaria expresen sus opiniones frente a la metodologia implementada para abordar el tema. asi mismo que expresen cómo se sintieron durante el desarrollo de la actividad, se atienden dudas e inquietudes generadas y se da por terminada la sesión siendo las 11:40 am.

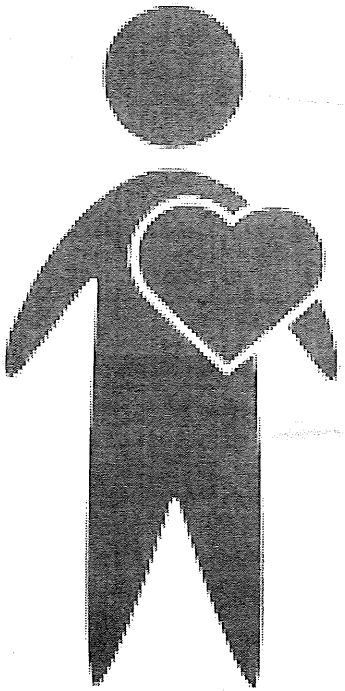
RECURSOS

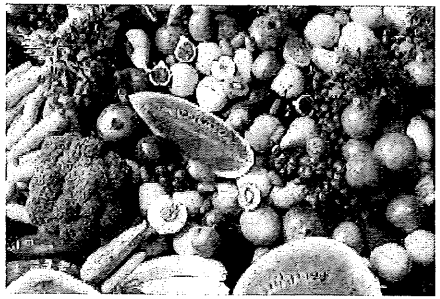
Computador	Colores
Televisor	
Hojas	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

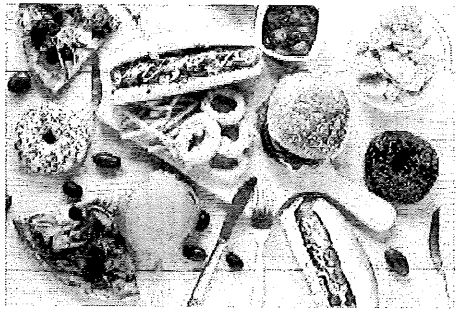
Se evidencia que las personas mayores asistenten y participan de forma activa en la actividad central, contando con una asistencia de 18 personas. Se logra reflexión frente a la importancia del consumo moderado de grasas y los alimentos protectores para la salud cardiovascular. Los asistentes se muestran interesados en los temas trabajados en la presentación de la actividad, se logró una participación activa, minimizando las dificultades en el desarrollo de la metodologia. Las personas mayores comparten sus aportes relacionados con el tema y expresan las dudas e inquietudes relacionadas, las cuales se solucionan dentro del espacio de socialización.

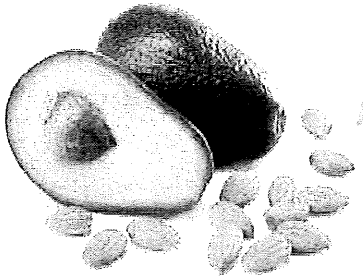
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

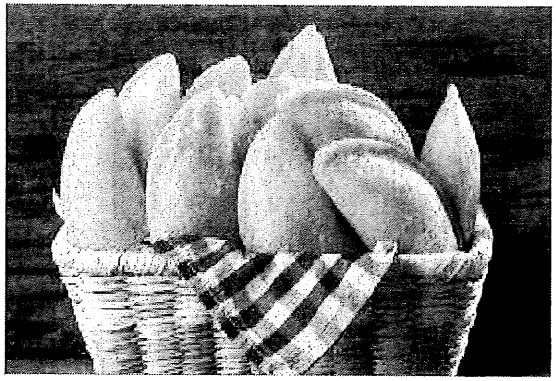




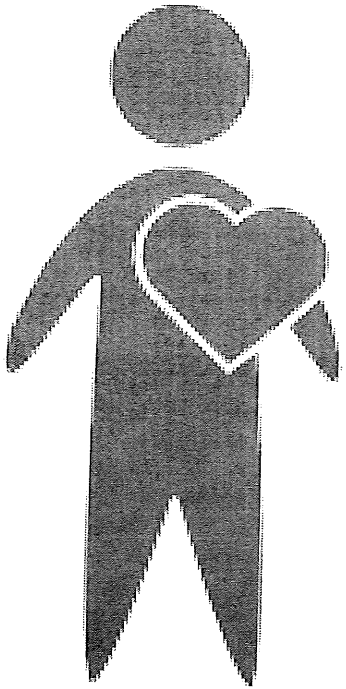


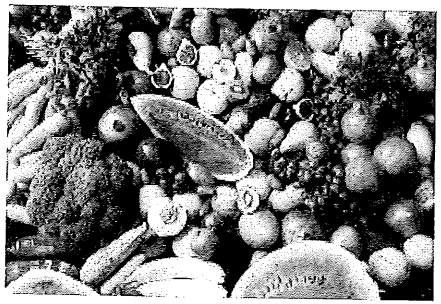




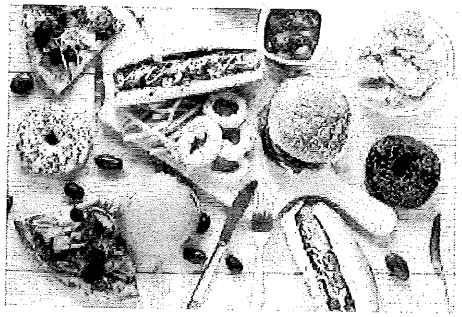


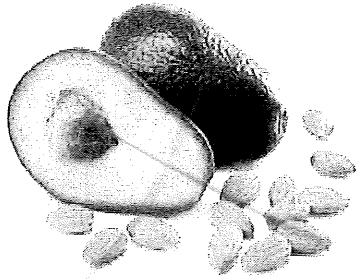
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

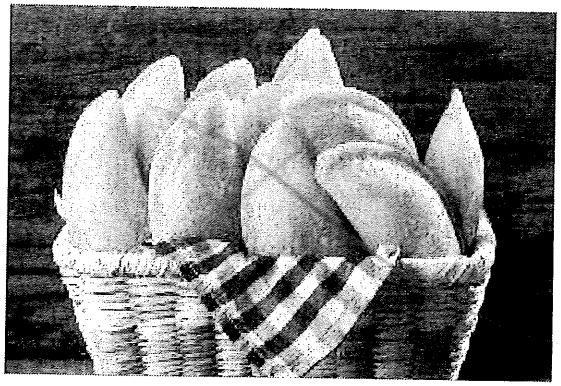




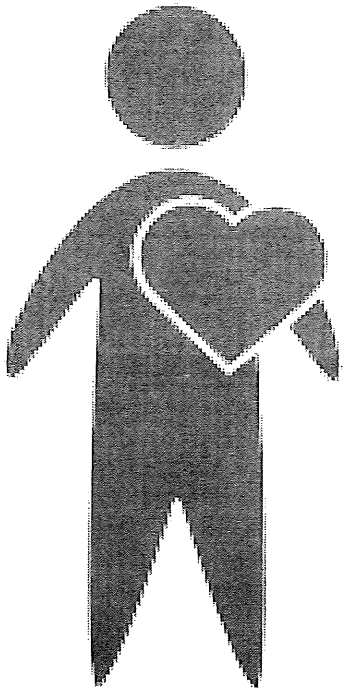


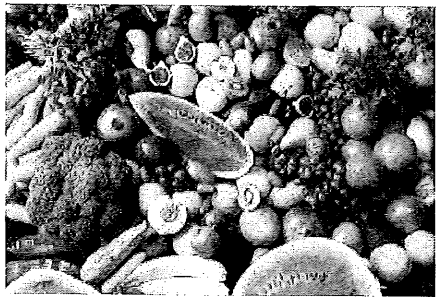




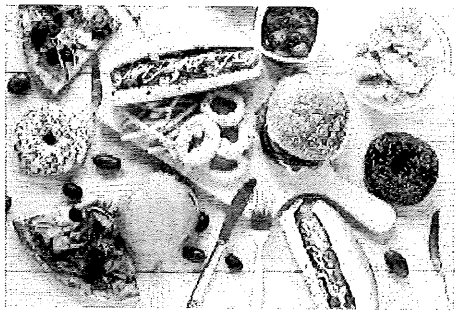


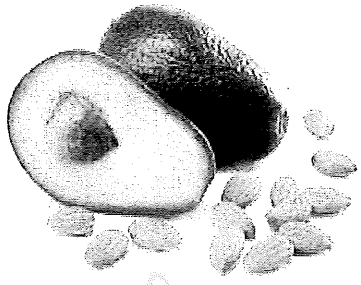
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

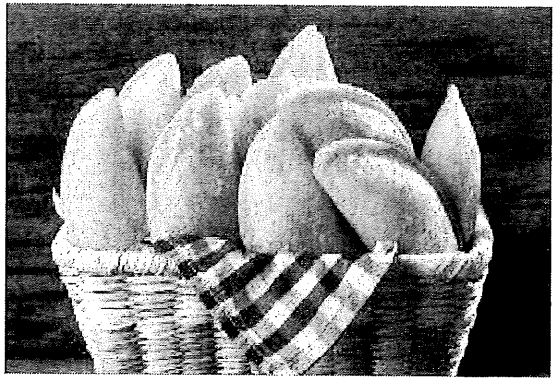




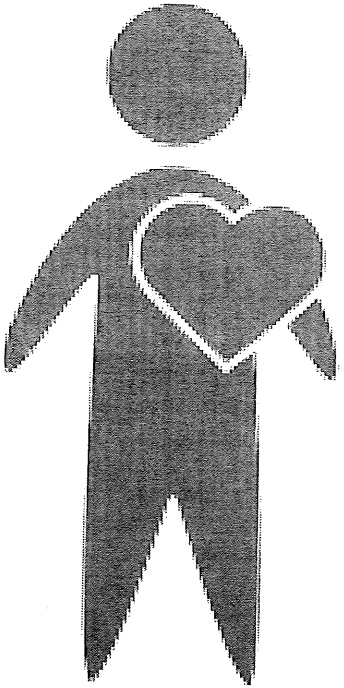


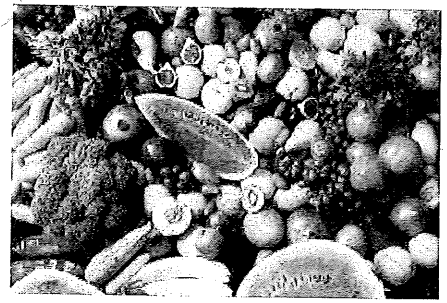




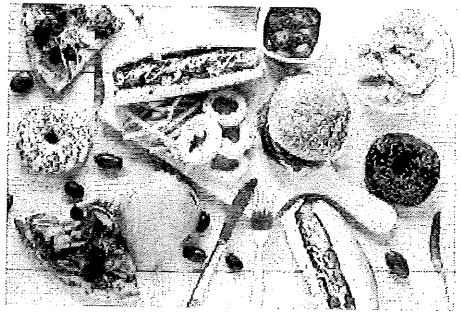


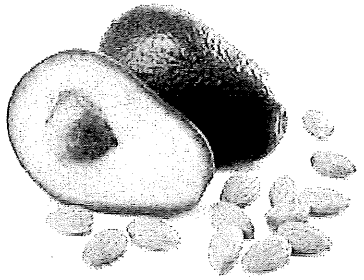
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

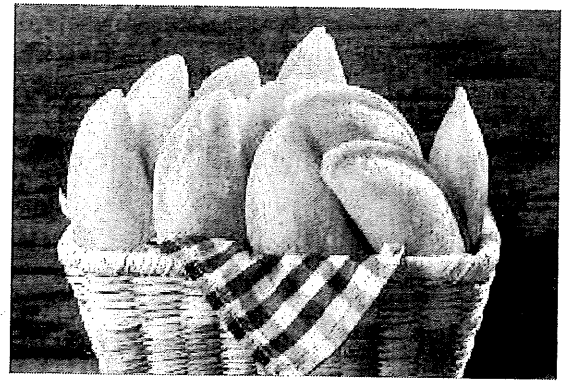




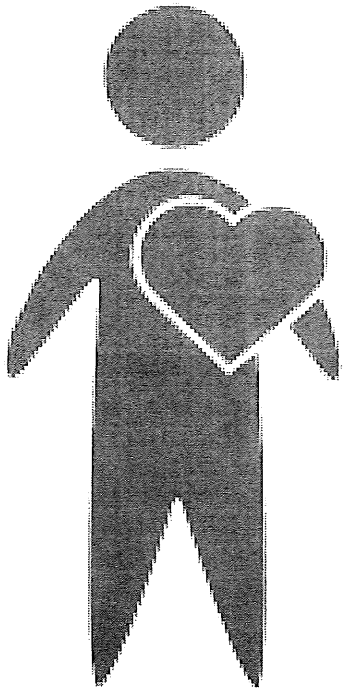


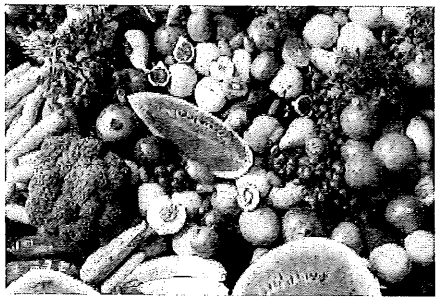




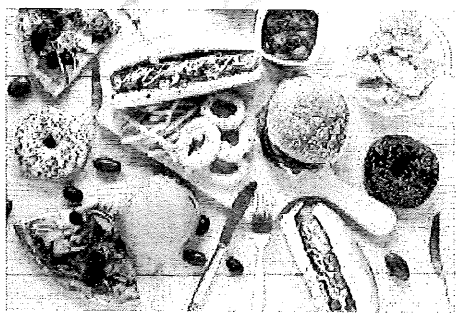


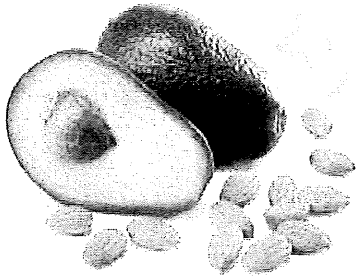
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

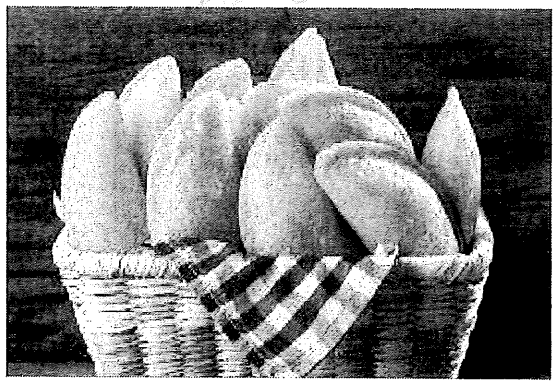




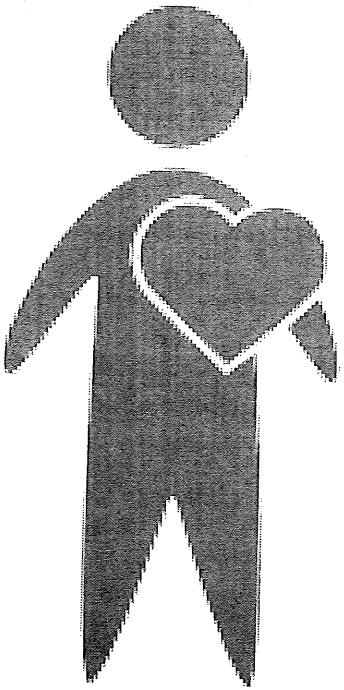


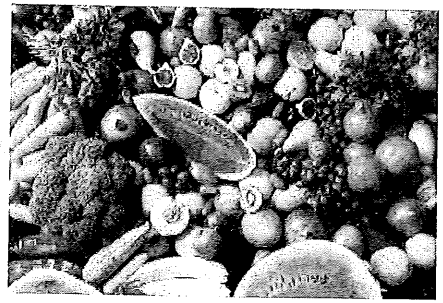




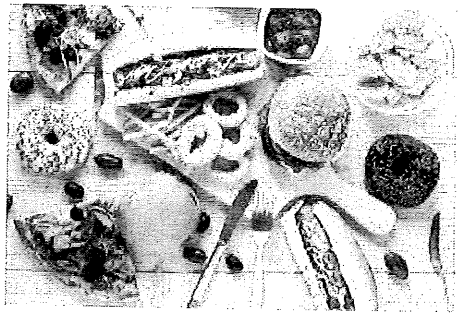


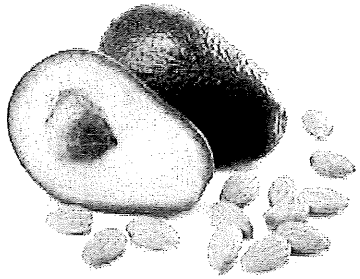
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

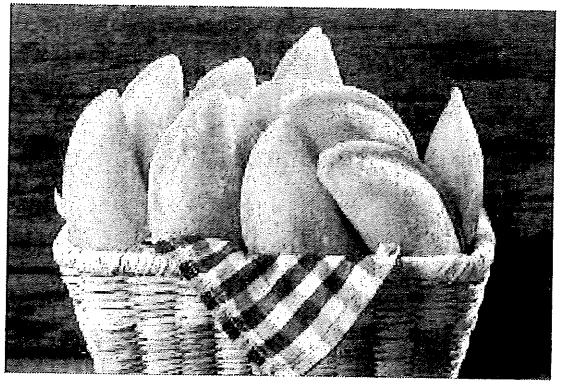




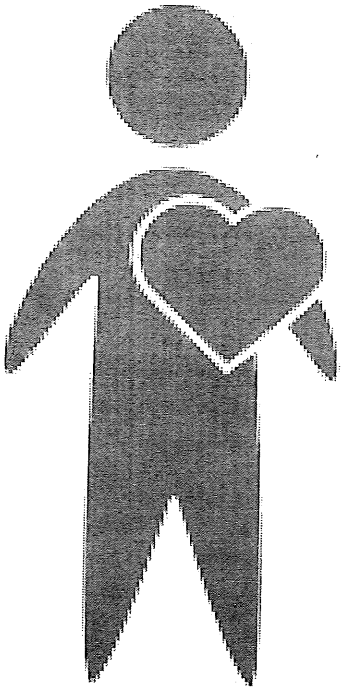


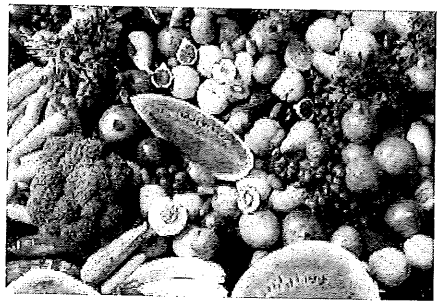




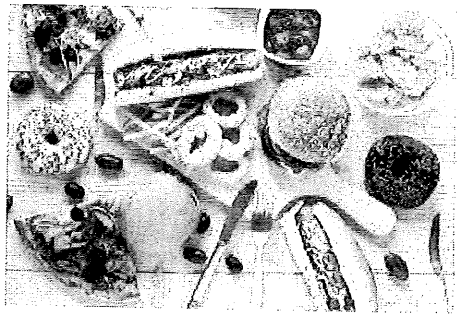


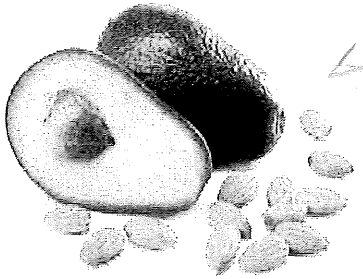
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025





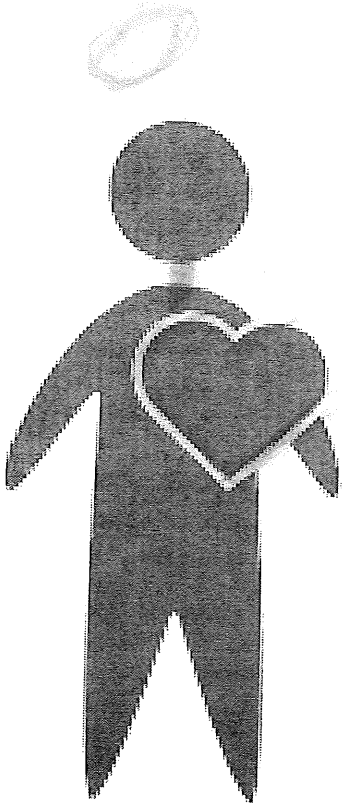


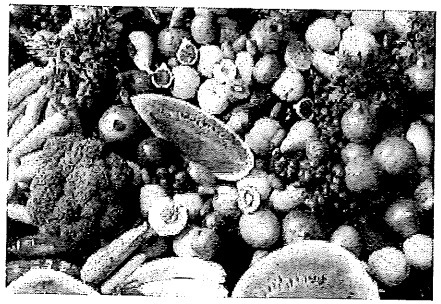




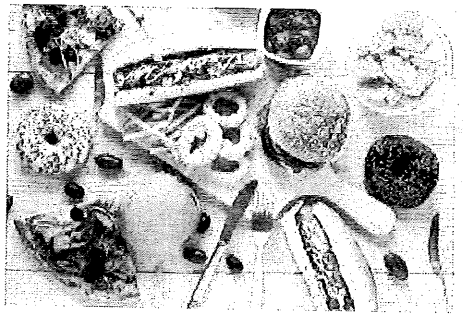


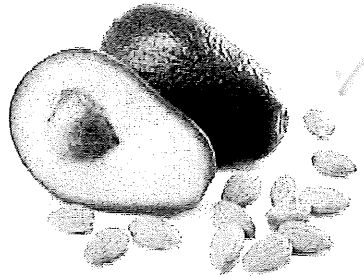
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

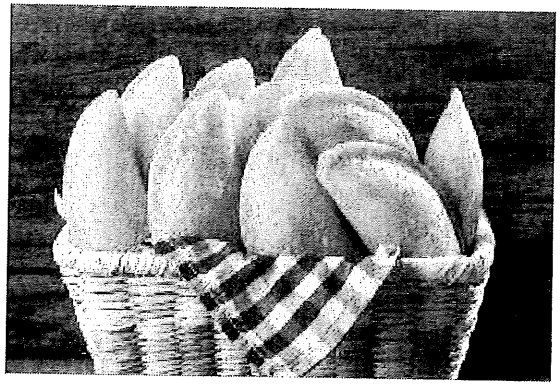




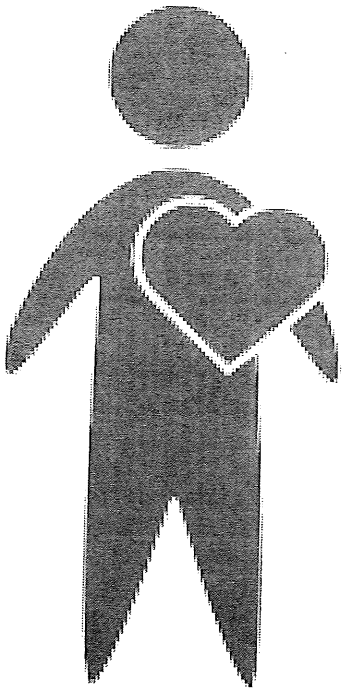


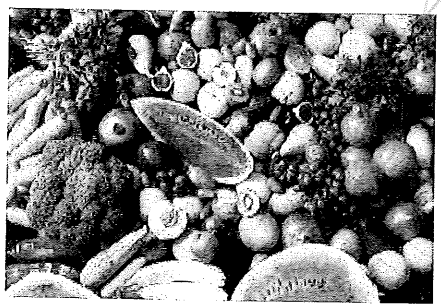




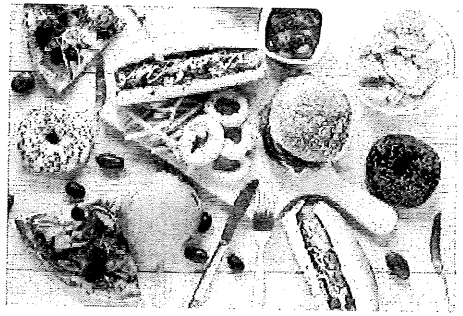


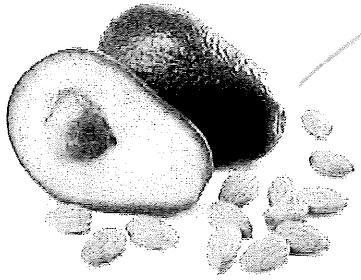
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025





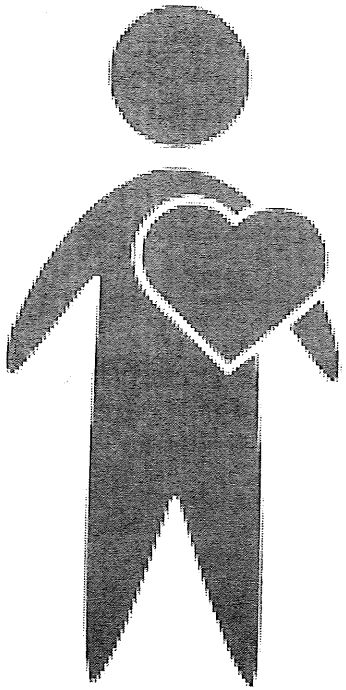


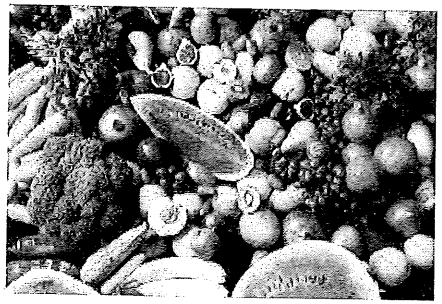




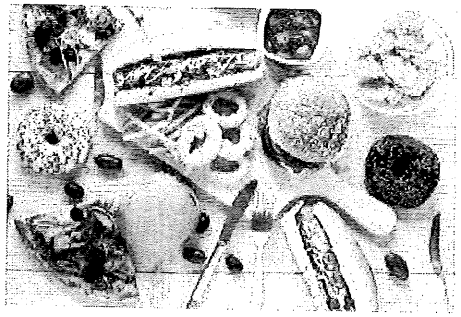


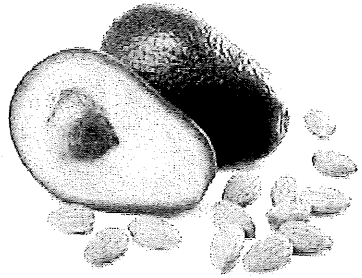
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025







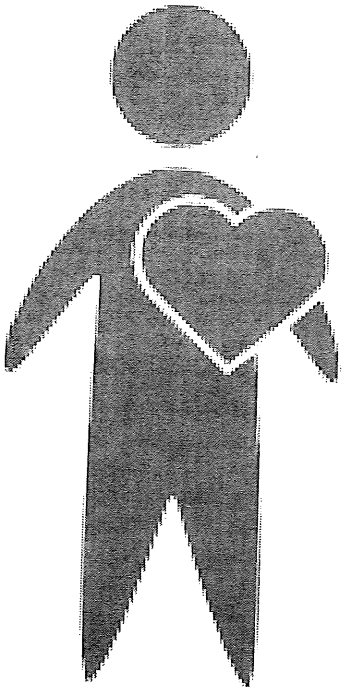


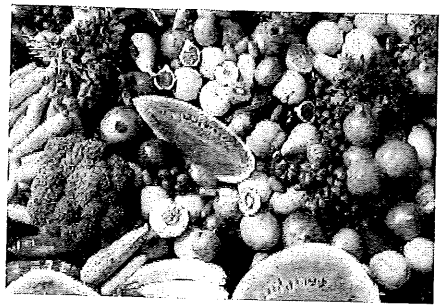




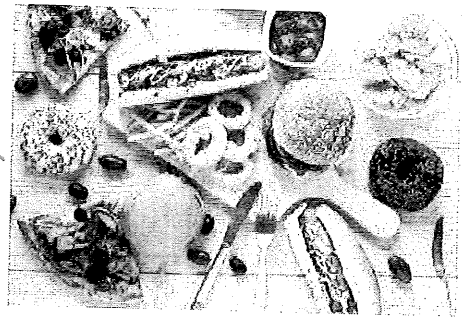
Visitacion Jose Ferro

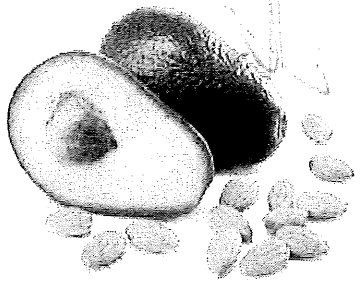
ACTIVIDAD EVALUACIÓN POST ACTIVIDAD CENTRAL ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN – 16 DE FEBRERO 2025

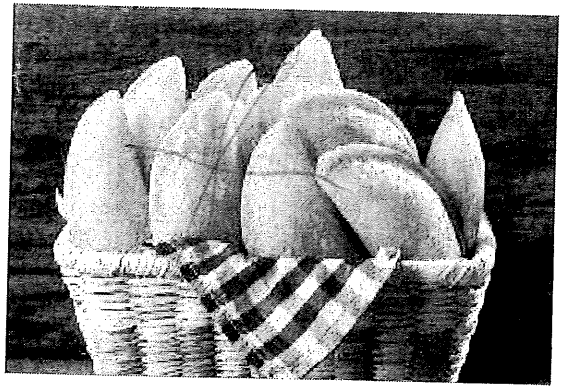












EVIDENCIA FOTOGRAFICA ACTIVIDAD CENTRAL – 16 DE FEBRERO 2025 – ALIMENTACIÓN EN ENFERMEDADES DEL CORAZÓN.





