ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021 Página: 1 de 1

Modalidad:	CUIDADO TRANSITORIO DÍA - NOCHE	Fecha	**8**	**02**	**2023**
Unidad Operativa:	MEMORIA Y SABER				
Eje de Atención:	Habilidades, capacidades y potencialidades				
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento.	Profesional	Camilo Olivella		
Nombre de la actividad:	Posturas corporales y posturas para un mejor descanso.				
DESARROLLO DEL TEMA: Posturas corporales y de descanso.					

OBJETIVO GENERAL:

Enseñar a los adultos mayores, la importancia de tener una rectificación en la postura con las variantes conocidas para la mejora para el envejecimiento.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar la variantes de las posturas, movimientos articulares, cavidades corporales desde lo conversado hasta la posturas en cama.

Mostrar las variantes reflejadas en el objetivo anterior con fin cama para conciliar el sueño profundo.

Analizar proceso de mejora de memoria con elementos para para una mejora de percepción de recuerdo.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Explicación de tema puntual basado en las posturas básicas, términos y movimientos articulares. Bipedestación, sedestación, Decúbito prono, Decúbito supino, Decúbito lateral izquierdo, Decúbito lateral derecho, proceso de cada una de las articulación, cavidades corporales y evitar riesgos corporales.
MOMENTO CENTRAL	Aplicación de términos basados de los escritos al campo. Decúbito prono: postura boca abajo. Decúbito supino: postura boca arriba. Decúbito lateral derecho: Apoyado postura en el lado derecho Decúbito lateral izquierdo: Apoyado postura en el lado izquierdo Identificación de la rotación de cada una de las articulaciones Codo, rodilla, hombro, muñeca, cuello, tobillo. Riesgos corporal: Dolores en partes determinados del cuerpo, como lo pueden ser cuello espalda o piernas Posturas inadecuadas que puede afectar el sistema óseo de la persona. Generar heridas en pliegues del cuerpo por humedad o sudoración por posturas inadecuadas.
MOMENTO FINAL	Proceso de trabajo con memoria, identificando colores en documentos, adicionalmente se genera listados de palabras para recordar .

RECURSOS

colchonetas	
juegos de palabra	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Las personas mayores participaron en la actividad mostrándose muy interesados en el tema y les quedo muy claro.