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 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio de Comunidad de Cuidado

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Centro de Comunidad de Cuidado Caminos de Vida

1.2 Localidad: FUSAGASUGA,CHINAUTA-CUNDINAMARCA

2.1. Fecha de Ejecución:

4	4	2023	al	27	4	2023

2. Linea: CUERPO Y MENTE

2.2. Nombre del encuentro: EJERCITATE SIN LIMITES

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: NANCY ADRIANA PLAZAS FISIOTERAPEUTA

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Generar un programa fisioterapéutico que garantice actividades grupales a la poblacion de personas mayores de la comunidad de cuidado caminos de vida como caminemos juntos, rumbaterapia, atevete y ejercitate con los debidos protocolos de bioseguridad con el fin de mantener fuciones osteomusculares, neuromusculares y disminuir el impacto del desacondicionamiento fisico por inmivilizacion prolongada garantizando su calidad de vida,

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. optimizar desempeño muscular, postura equilibrio coordinacion propiocepcion y marcha atraves de las actividades motoras con el fin de promover indépendencia
2 fortalecer marcha y equilibrio atraves de las actividades grupales como caminatas, rumbaterapia y gimnacia pasiva
3. vincular a las personas mayores a las actividades propuestas con el fin de prevenir la emfermedad y promover estilos de vida saludable.

3.3. METODOLOGIA

3.3.1. MOMENTO O

En primera instancia se realiza desinfeccion de los elementos que se utilizaran en la actividad terapeutica, se acondiciona el lugar donde se va a desarrollar la actividad y se vinculan las personas mayores en el area establecida y se garantiza el cumplimiento de los lineamientos establecidos en el protocolo de bioseguridad. Se desarrolla satisfactoriamente la actividad propuesta, sin presentar novedades o complicaciones.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

el presente mes las actividades grupales se llevaron acabo para los días: 4-11-13-14-18-21-25-27 de Abril 2023.
en los diferentes escenarios con el objetivo de promover el habito del ejecicio, sencibilizar sobre la importancia y los beneficios del mismo como matener capacicades de relajacion, reducir el riesgo de hipertencion y enfemedades cardivasculares, ademas disminuir la dificultad cardiopulmonar
involucrar al programa ejercitate sin limites a las personas mayores en cual se realizan actividades fisicas grupales en diferentes areas del centro y cumpliendo asi con lo programado en el programa.

3.3.3. MOMENTO C

se continua actividades como gimnacia pasiva , rumbaterapia, caminatas ecologicas largas, rutinas de estiramiento con balon de bobad.

3.4.RECURSOS

balon de bobad	personas mayores, fisioterapeuta, tallerista, auxiliar de enfermeria
bastones	
colchonetas	
aros	
parlante	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

En esta actividad se integran personas mayores realizando actividad terapeutica logrando a cabalidad lo planteado donde se observa la participacion activa de las personas mayores en todos los ejercicios cineticos y mecanicos propuestos.

*** En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:**

GUILLERMO RIAÑO
Persona mayor C.C 19,252,305

ANA CECILIA VALDERRAMA
Persona mayor C,C 29.808.423

JOSE GUILLERMO SOCADAQUI
Persona mayor C,C 19,103,241

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO
Coordinador

: 4-11-13-14-18-21-25-27 de Abril 2023.

. Nombre del profesional que evalúa: NANCY ADRIANA PLAZAS 52,229,863 Bta

Powered by CamScanner

Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

ACTIVIDAD: EJERCITA SIN LIMITES
LINEA: CUERPO Y MENTE
FECHA: 4-11-13-14-18-25-27 DE ABRIL 2023

4 DE ABRIL 2023





Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

11 DE ABRIL



Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

13 DE ABRIL 2023



Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

14 DE ABRIL



Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

18 DE ABRIL 2023



Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

25 DE ABRIL 2023



Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner

27 DE ABRIL 2023



Escaneado con CamScanner

Escaneado con CamScanner