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 Comunidad de Cuidado

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

1.2 Localidad: Fusagasuga/Cundinamarca

2. Linea: Entornos amigables y seguros

2.1. Fecha de Ejecución: 13 4 2023 al 27 4 2023

2.2. Nombre del encuentro Viviendo Mejor /Separo Las Verduras.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: __ Ruth Stella Marin H._(Gerontologa)_____

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

1 Realizar un diagnóstico de necesidades, con enfoque diferencial y de genero teniendo en cuenta la etnia y demas circuntancias culturales hacer acuerdos reunir a las familias establecer rutinasdiarias de comportamiento,establecer un plan de seguridad con el entorno y el medio enmarcado desde un enfoque diferencial

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 establecer una cultura de vida saludable, con perspectiva de género e inclusion social, en las personas adultas mayores y en aquellas con patologías de mayor relevancia.

2. Crear un ambiente de cordialidad y seguridad, permite la aceptación de las limitaciones ajenas y el reconocimiento de las virtudes de los demás.

3 Fortalcer el respeto por el otro y los espacios comunes institucionales

3.3. METODOLOGÍA

Esta Actividad se lleva a cabo en cuatro tiempos los dias **13,20,27 de Abril** ; se pide al personal de enfermería que colabore con al ubicación en las mesas y de las personas

3.3.1 MOMENTO INICIAL

mayores que independiente de su funcionabilidad, se les explica que está actividad tiene como finalidad promover. Tareas de categorización, ordenación y clasificación de la información favoreciendo la creatividad y la curiosidad por los alimentos con la finalidad de fortalecer el apetito.

Luego de que se han ubicado las personas mayores se les muestra una grán variedad de verduras, hortalizas y frutas con el fin de que las personas mayores identifiquen aquellos alimentos que les gustan y aquellos que no.igualmente tambiénse fortalece que aprendan a conocer la contextura del alimento cuando aun no ha pasado por el proceso de cocina las personas mayores observan el alimento y su tipo al que pertenecen se les explica el valor de comer bién y como debén conocer que se encuentrén bien cocidas las verduras bien licuados las frutas y de buén sabor las sopas de verduras y que contengan tuberculos. También se les explica que en este momento inicial la importancia de alimentarse bien, ya que una buena aliementación es la base de la salud; ambien se le agrega en este momento el comentario de que en este momento hay muchas personas en el mundo. hoy que pasan hambre por no tener con que alimentarse o no tener un lugar donde vivir lo que conlleva a que las personas pasen necesidad de consumir alimento variado y rico

3.3.2 MOMENTO CENTRAL

para este momento central las personas mayores han identificado los tipos de verduras, tuberculos y otros componentes de la alimentación diaria importante en el proceso de la alimentación favorable,se le pide al servcio de nutrición que nos permita en el momento de la hora del almuerzo o de el desayuno podamos explicarle a las personas mayores el beneficio de una buena aliemntación saludable y las horas indicadas. Se les explica que los alimentos los adornan con especias naturales para que se vean bonitas como el cilantro ajo,cebolla y tomate los cuales son presentados en los platos de alimentación de forma variada y rica para que la persona mayor consuma en su totalidad el alimento brindado y lograr con ello una alimentación sana y saludable propia para la edad que tenemos, cada persona mayor hace la relación de lo bueno y lo rico y lo delicioso para ellos y como se adaptan a la alimentación de cada centro cuando los trasladan. Dicen también que hay personas de la cocina que hacen mejor los alimentos en unos centros que otros. Recuerdan la comida que mas les gustaba cuando erán niños,igualmente recuerdan lo que comian cuando erán muy jovenés y aceptan que en momentos consumían comida que les produjo

3.3.3. MOMENTO FINAL

para este momento final ya las personas mayores han identificado y tienen claridad sobre el beneficio de comerse todo lo que el hogar les ofrece cuando se les invita a las personas mayores, se les La buena nutrición es importante, sin importar su edad. Se les vuelve a refresacar el concepto de que mente sana en cuerpo sano y que es por eso que una buena nutrición conciste en consumir una dieta saludable y balanceada para que su cuerpo obtenga los nutrientes que necesita. Los nutrientes son sustancias en los alimentos que nuestros cuerpos necesitan para estar bien de salud y tener fuerzas para caminar , se les exlixca que puede ayudar a controlar el peso y los dolores articulares ya que hay alimentos que son curativos, aprovechando esta observación las personas mayores evocan los momentos en los cuales los padres les dabán agua de cilantro para los colicos producidos según ellos por parasitos,otros recuerdan que la zanahoría los padres les hacián consumir la zanahoria para mejorar la visión y según ellos para que pudierán aprender a leer y escribir también recuerdan la remolacha para curar la anemía,la papa para curar cuando una persona tenia poblemas de calció o de crecimiento que si comian mucha papá se curaban de ello, y que se fortalecia la piel en esta mezcla de recuerdos y los beneficios de los distintos tipos de verduras,el momento final se aproxima las personas hacén la broma sobre la importancia de alimentarse bien diciendo "Hombre con Hambre no trabaja y lleno menos" hay risas y carcajadas por la observación de uno de ellos

3.4 RECURSOS

salon,Mesas,sillas, Verduras tipos de alimentos	

Powered by CamScanner

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

En esta actividad participan las 20 personas mayores; pero se tiene en cuenta que activamente Las restantes 70 personas que participan en el consumo de los alimentos servidos en sus respectivos horarios,para este momento de evaluación las personas mayores agradecen por haberles enseñado, recordado, y mostrado todos esos alimentos en su forma natural para cada persona mayor participante ayudar a prevenir enfermedades, como osteoporosis, hipertensión arterial, enfermedades del corazón, diabetes tipo 2 y algunos tipos de cáncer. también se evidencia por comentario de ellos mismos que:Algunos cambios que producen que la alimentación en adultos sea más complicada en la persona mayor son los siguientes:

a)Un cambio de hogar o el desarrollo de problemas de movilidad puede dificultar la realización de actividades básicas de la vida diaria.

b)Los medicamentos pueden producir pérdida de apetito, así como cambiar la percepción del sabor de las comidas.

c) El sentido del olfato y el gusto cambia.ELproblema principal de la alimentación en persona mayor se encuentra a la hora de la masticación o la deglución. Problemas de disfagia.

En constancia a la actividad desarrollada firma las siguientes personas mayores

Jose guillermo Socadaqui. CC No1910 3241 **Persona mayor**	Carmén Emilía Penagos CC No20090603 **Persona mayor**	Irma Murcia Vargas CC .No39804243 **Persona mayor**

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO
Coordinador CC No 18399248

Fecha de evaluación del encuentro: 27 de Abril 2023

Nombre del profesional que evalúa: Ruth Marin Gerontologa.

Powered by CamScanner

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

EJE DE ATENCION: CUIDADO INTEGRAL

LINEA DE ATENCION: ENTORNOS AMIGABLES Y SEGUROS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: VIVIENDO MEJOR /SEPARO LAS VERDURAS

FECHA 13, 20,27 ABRIL 2023





