Lugar	*Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María*
Fecha	*17 de junio de 2025 Hora: 9:00 am*
Tema	Reporte Capacitación a Talento Humano IRA
Desarrollo	**1. Introducción y sensibilización sobre la infección respiratoria en personas mayores** Se inició la actividad con el diligenciamiento de encuesta sobre conocimientos del talento humano sobre las infecciones respiratorias, seguidamente se realiza una breve charla introductoria sobre la vulnerabilidad de las personas mayores frente a las infecciones respiratorias, especialmente en épocas de lluvias o cambios bruscos de temperatura. Se explicó cómo el envejecimiento del sistema inmunológico hace que estas infecciones pueden complicarse con mayor facilidad y requerir atención médica oportuna. **2. Prevención: cómo evitar las enfermedades respiratorias** Se socializaron medidas clave para prevenir las infecciones respiratorias en personas mayores, tales como: • Lavado frecuente de manos con agua y jabón. • Uso adecuado de tapabocas en lugares cerrados o concurridos. • Ventilación adecuada de los espacios del hogar. • Evitar el contacto con personas enfermas. • Mantener al día el esquema de vacunación (influenza, neumococo, COVID-19). • Uso de ropa abrigada en climas fríos y protección ante la lluvia. • Hidratación y alimentación balanceada para fortalecer el sistema inmunológico. **3. Cuidado de una persona mayor con enfermedad respiratoria** Se brindaron pautas prácticas para el cuidado domiciliario de una persona mayor con síntomas respiratorios: • Reposo en cama con una adecuada posición para facilitar la respiración (semi-sentado). • Ofrecer líquidos constantemente para evitar la deshidratación.

	• Mantener el ambiente limpio, ventilado y sin humo. • Supervisar la toma adecuada de los medicamentos formulados. • Controlar la fiebre con medios físicos y medicamentos según prescripción médica. • Evitar automedicar y no suspender tratamientos sin orientación profesional. **4. ¿Cuándo consultar al médico?** Se enfatizó en las señales de alarma que indican la necesidad de buscar atención médica inmediata: • Fiebre persistente por más de 2 días. • Dificultad para respirar o respiración muy rápida. • Tos con expectoración verdosa, amarilla o con sangre. • Dolor en el pecho al respirar. • Decaimiento extremo, somnolencia o confusión. • Labios o dedos morados (cianosis). **5. Cierre y entrega de material educativo** Se resolvieron dudas de los participantes y se entregó un folleto informativo con las recomendaciones abordadas durante la sesión. Se motivó a los asistentes a replicar esta información en su hogar o comunidad. Se anexa registro fotografico, listado de asistencia y evaluaciones realizadas

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Mary Luz Fernández Moreno	Coordinadora	Comunidad de Cuidado Casa Santa María
	CAROLINA CALDERON Carolina Calderón	Enfermera	Comunidad de Cuidado Casa Santa María
	Ximena Abella	Enfermera	Comunidad de Cuidado Casa Santa María
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No aplica		
Próxima reunión	*A necesidad 2025*		
Elaboró	*CAROLINA CALDERON*		

REGISTRO FOTOGRÁFICO AYUDA DE MEMORIA IRA TALENTO HUMANO



ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024 Página: 1 de 2

1. Tema: Reporte capacitacion a Talento Humano IRA 2. Lugar o Localidad o Sede : SUBA 3. Fecha y hora: 17 de Junio de 2025

4. Nombre responsable: Carolina Calderon. 5. Dependencia responsable: COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Rita Elena Vargas	C.C.	40044803	FUNDIR	NUTRICIONISTA		angelitaq81@gmail.com	3012252242	
2	José Omar Castro	C.C.	79918345	Fundir	Enfer. AUX		Jose.omar.castro.buitrago@gmail.com	3002678870	
3	Heimy Rocio Briceno	C.C	52201081	C.C Hogar Casa Santa Ma	Auxiliar de Enfermeria		heimyrealec@gmail.com	3046602681	
4	Karen Yuliana Vargas	CC	1006551524	Fundir	Regente Turno		Karenvargas0309@gmail.com	3001404158	
5	CESAR ORTIZ	CC	1075266760	FUNDIR	AUX ENFERMERIA		cesarortiz000@hotmail.com	3172556781	
6	Monica Camila Patiño Garcia	C.C	1019009538	CCC Hogar casa Santa Maria	Auxiliar Enfermeria		camilagacia12@outlook.com	3022710254	
7	Ximena Abella Castillo	CC	528624112	Fundir	Enfermera		Yudximena93@gmail.com	3023772886	
8	Jose Armando Romero	CC	79663730	Fundir	Enfermero		angelarmando@6mail.com	3164943845	
9	Carolina Calderón	CC	38364940	Fundir casa Santa María	Enfermera		Carolinacalderon1206@gmail.com	3053524946	
10	Mary luz Fernández	CC	52392150	ccsanta maria	coordinación		ccsantamaria9667@hotmail.com	3144383113	Mary luz Fer
11	William Alonso	CC	1030688983	CC santa Maria	T. Ambiental		cpscasa santa maria sga@gmail.com	3214153941	
12	Sandra Corredor G.	CC	52119.390	CC Santa Maria	Nutricionista		nutricion santa Maria@fundir.org	3014319088	
13									
14									
15									

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17-06-25 **Nombre:** Sandra Comedor Gómez

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17/06/25 **Nombre:** William Alonso

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17/06/25 **Nombre:** Mary luz Fernández Moreno

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   X b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   ✓ b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   ✓ b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   ✓ b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 7/16/25 **Nombre:** Jose Armando Rojas

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17/06/25 **Nombre:** Nila Elena Vargas Aguilar

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17-06-2025 **Nombre:** Monica Camila Patiño Gaona

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   ✓ c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   ✓ b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   ✓ b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   ✓ b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 13/06/25 **Nombre:** Karen Juliana Vargas B.

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17/06/2025 **Nombre:** Helmy Rocio Briceño

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17/06/25 **Nombre:** CESAR ORTIZ

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

EVALUACION

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Fecha: 17/06/2025 **Nombre:** Jorge Omar Castro

1. ¿Qué medida NO es recomendada para prevenir infecciones respiratorias?

   a) Lavarse las manos con frecuencia.

   X b) Evitar cambios bruscos de temperatura.

   c) Usar alcohol para bajar la fiebre.

2. ¿Cuál de estos síntomas indica la necesidad inmediata de consultar al médico en menores ante una infección respiratoria?

   a) Estornudos ocasionales.

   X b) Dificultad para respirar.

   c) Ligera pérdida de apetito sin otros síntomas.

3. ¿Qué síntoma NO es considerado un signo de alarma para una consulta médica urgente en personas mayores?

   a) Dolor en el pecho al toser o respirar.

   X b) Decaimiento ocasional y ligero cansancio.

   c) Fiebre alta que persiste por más de tres días.

4. ¿Cuál es la manera correcta de toser o estornudar para prevenir la propagación de infecciones respiratorias?

   a) Cubrirse con las manos.

   X b) Sobre el ángulo interno del brazo.

   c) No cubrirse, si no se presentan síntomas evidentes.

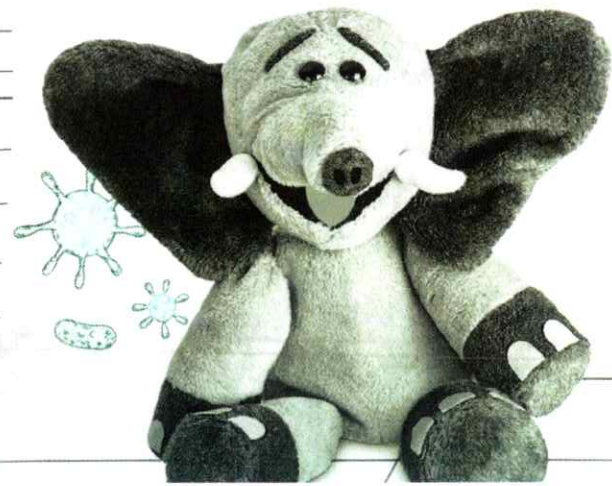
INFECCIONES RESPIRATORIAS AGUDAS

La Infección Respiratoria Aguda (IRA) es la infección más frecuente en los niños, se presenta de forma repentina y dura menos de 2 semanas; la mayoría de estas enfermedades - como la gripa y el resfriado común - son leves, pero dependiendo del estado general de la persona pueden complicarse y llegar a amenazar la vida, como en el caso de la neumonía.

A continuación conocerá los mensajes claves para prevenir una infección respiratoria, cuidarla correctamente en casa e identificar los signos de alarma:

1 ¿CÓMO EVITAR QUE UN NIÑO O UN ADULTO MAYOR SE ENFERME?

1. Mantener el esquema de vacunación completo.
2. Intensificar el lavado de manos con agua y jabón.
3. Evitar el contacto con personas que tengan gripa o tos.
4. Estornudar o toser, sobre el ángulo interno del brazo y usar tapabocas o mascarilla (niños mayores de 3 años y adultos).
5. Evitar la presencia de humo al interior de los lugares donde permanezca el niño y facilitar la ventilación, iluminación y limpieza de los mismos.
6. Evitar los cambios bruscos de temperatura.
7. Fomentar la lactancia materna en los niños menores de 6 meses.



2 ¿CÓMO CUIDAR A UN NIÑO O A UN ADULTO MAYOR SI ESTÁ ENFERMO?

1. No enviar al jardín, escuela o colegio.
2. Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón.
3. Realizar el manejo de la fiebre mayor de 38,5 °C según orientación médica; aplique pañitos de agua tibia en las zonas del cuerpo con mayor concentración de temperatura, como las axilas y pliegues de la ingle; nunca utilice alcohol para tal fin.
4. Aumentar la ingesta de líquidos y ofrecer alimentos en porciones pequeñas, con mayor frecuencia.
5. Brindar leche materna con mayor frecuencia si es un lactante.
6. Mantener al niño sentado por lo menos durante 30 minutos después de cada comida.
7. Suministrar únicamente los medicamentos que fueron formulados por el médico, en las dosis y horarios establecidos y por el tiempo indicado.
8. Limpiar con frecuencia la nariz, dejándola libre de secreciones o aplicar suero fisiológico por las fosas nasales.
9. Usar el tapabocas ante la presencia de síntomas (niños mayores de 3 años y adultos).
10. Tapar la boca y la nariz del niño cuando va a cambiar de temperatura, principalmente en las mañanas y en las noches.
11. Toser o estornudar sobre el ángulo interno del brazo.

3 ¿CUÁNDO CONSULTAR AL MÉDICO?

Generalmente las gripas se pueden atender en casa con los cuidados necesarios; sin embargo, **si presenta cualquiera de los siguientes síntomas debe dirigirse al médico de inmediato:**

MENORES DE DOS MESES:

- Respira más rápido de lo normal.
- Disminuye el apetito.
- Presenta fiebre así sea en una sola oportunidad.
- Le suena el pecho al respirar.
- Somnolencia o no despierta con facilidad.
- Ataques o convulsiones.

DE DOS MESES A 5 AÑOS:

- Fiebre de difícil control mayor de 38,5°C durante más de tres días.
- Permanece decaído cuando baja la fiebre.
- Respira más rápido de lo normal.
- Se le hunden las costillas al respirar.
- Le suena el pecho al respirar.
- No puede comer o beber nada o vomita todo.
- Somnolencia o no despierta con facilidad.
- Ataques o convulsiones.
- Supuración o mal olor de oído.

RECOMENDACIONES GENERALES:

Si usted o algún familiar presenta alguno de estos síntomas, debe acudir al médico:

- Asfixia o dificultad para respirar.
- Dolor de pecho al respirar o toser.
- Decaimiento o cansancio excesivo.
- Fiebre de difícil control mayor de 38,5°C durante más de tres días.
- Expectoración amarilla o con pintas de sangre.

MINSALUD

TODOS POR UN NUEVO PAÍS
PAZ EQUIDAD EDUCACIÓN

Ministerio de Salud y Protección Social
Carrera 13 Nº 32-76,
En Bogotá: +57(1) 589 3750
Resto del país: 018000960020
Bogotá - Colombia
www.minsalud.gov.co/ira

¿GRIPA? ¡A METROS!

La gripa es una Infección Respiratoria Aguda - IRA

