ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REPORTE CUALITATIVO MENSUAL PROMOCIÓN PRÁCTICAS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA	Código: FOR-PSS-300 Versión: 1 Fecha: Memo I2024025727 - 12/09/2024 Página:1 de 1

SUBDIRECCIÓN TÉCNICA: FONTIBON PERIODO: OCTUBRE-DICIEMBRE 2024

PROFESIONAL(ES) RESPONSABLE(S): MARTHA CECILIA ARTETA ALVAREZ

LOGROS	DIFICULTADES	ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN
Durante el mes de octubre 2024 se efectuó la actividad articualada con las competencias emocionales "Escalera de la alimentación emocional y consciente" , dirigida a los referentes familiares, cuyo objetivo es brindar consejos y actividades terapéuticas que permitan el manejo de la ansiedad y otros sentimientos en la alimentación, que pueden influir en el peso de las personas con discapacidad y la relación que tienen los alimentos a nivel endocrino en los sentimientos y emociones y como influyen en el estado nutricional y el consumo saludable de los alimentos. Además, se ofrece acciones terapéuticas que pueden influir en el consumo consciente de los alimentos para identificar un hambre emocional de la fisiológica. En el mes de noviembre 2024, se realizó de manera interdisciplinaria con las competencias motoras, la actividad " Circuito de actividad física" dirigido a los participantes, con el fin de promover estilos de vida saludable, mediante la disminución de factores de riesgo que afecten la calidad de vida de la persona con discapacidad por medio de la práctica de la actividad física, ejercicios de fuerza, movilidad articular, activación y estiramientos, que se ajusten al nivel de funcionalidad de la población. Para el mes de diciembre 2024, se desarrollo con articulación con el programa de cuidados de la salud, la actividad "El camino de los estilos de vida saludables" dirigido a los participantes con el objetivo de fomentar la actividad física, la alimentación saludable, la higiene personal, el descanso, las actividades de ocio, la no práctica del tabaquismo y evitar el consumo de alcohol para alcanzar bienestar y un óptimo estado de salud. Durante el desarrollo de las actividades se observa que los participantes y referentes familiares captaron los conceptos y temáticas socializados.	Algunos participantes por su discapacidad severa no participan de manera activa en la actividades de IEC, su participación es pasiva en terminos de observación. Se requieren ajustes razonables en las actividades descritas para obtener una mejor atención y disposición de las participantes. Se observan condiciones de sedentarismo en algunos participantes, situación que dificulta la realización de las diferentes actividades del circuito de actividad física.	Fomentar espacios de actividades para propiciar el aprendizaje lúdico y mediante la practica. Seguir convocando a todas los participantes a las actividades de IEC con el fin de generar participación activa y pasiva de toda la población.