Lugar	Centro de Cuidado Transitorio Villa Kennedy
Fecha	11/07/2025 11:00 a.m. a 12:00 am
Tema	Actividad Sub-Red sur Occidente adaptación a hábitos de acuerdo con condiciones crónicas.
Desarrollo	La actividad es liderada por las profesionales de la subred Sur Occidente, quienes dan a conocer el objetivo de la actividad el cual es promover en las personas mayores la reflexión y el ajuste de sus hábitos cotidianos según las condiciones crónicas de salud que presenten, fortaleciendo su autonomía y calidad de vida. Se socializa la importancia del tema reforzando aspectos dados dentro del tema del envejecimiento es cual es un proceso natural, dinámico y progresivo, que conlleva una serie de transformaciones físicas, emocionales y sociales. En este contexto, muchas personas mayores conviven con una o varias enfermedades crónicas no transmisibles, como la hipertensión, diabetes, enfermedades respiratorias crónicas, artrosis, enfermedades cardiovasculares, entre otras, estas condiciones requieren ajustes sostenidos en los estilos de vida, en especial en los hábitos cotidianos. Los hábitos son conductas aprendidas y repetidas de manera constante que forman parte de la rutina diaria. En la vejez, los hábitos relacionados con la alimentación, el sueño, el ejercicio físico, el consumo de medicamentos, el manejo del estrés y la participación social tienen un impacto directo en el curso y control de las condiciones crónicas. Un estilo de vida inadecuado puede agravar los síntomas, generar complicaciones y deteriorar la calidad de vida. Por el contrario, la adopción consciente y adaptada de hábitos saludables puede mejorar el pronóstico, aumentar la autonomía funcional y fortalecer el bienestar general de la persona mayor. La actividad permitió que las personas mayores reconocieran la importancia de adaptar sus hábitos cotidianos en función de las condiciones crónicas que presentan, identificando comportamientos que favorecen o afectan su bienestar. A través del intercambio de experiencias y la construcción colectiva de conocimientos, se evidenció un alto nivel de conciencia sobre la necesidad de mantener rutinas saludables en aspectos como la alimentación, la actividad física, la adherencia al tratamiento médico, el descanso y el manejo emocional. Asimismo, se destacó el interés de los participantes por asumir un rol más activo en el autocuidado, comprendiendo que la adaptación no significa limitación, sino una forma de preservar la autonomía y la calidad de vida. Registro fotográfico:

Scanned with CamScanner





Se anexa lista de asistencia FOR-GD- 023 ya se asistieron más de 7 participantes.

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	Stella Garcia Stella Garcia	Profesional en Psicología	Centro de cuidado Transitorio Villa Kennedy
	Rocio Eleonora Rodríguez Sarmiento Rocio Rodriguez	Profesional en Trabajo Social	Centro de cuidado Transitorio Villa Kennedy

	Actividad	Responsable	Fecha límite
Compromisos	Acompañamiento actividad	Equipo Profesional	No aplica
Próxima reunión	No aplica		
Elaboró	Rocio Eleonora Rodríguez Sarmiento/Profesional en Trabajo Social/Centro de Cuidado Transitorio Villa Kennedy.		

Scanned with CamScanner

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 1

1. Tema: Actividad sub Red Sur accidente 2. Lugar o Localidad o Sede: Kennedy 3. Fecha y hora: 11 Julio 2023 11 Am a 12 pm

4. Nombre responsable: Rocio Rodriguez 5. Dependencia responsable: centro de cuidado Transitorio Villa Kennedy

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	Pedro chaparro	cc	79236590		Persona mayor				No firma
2	Ramiro Arango	cc	10217183		Persona mayor				RA
3	Luz Marina Gomez	cc	22058341		Persona mayor				Luz G.
4	fernando wilches	cc	19118491		Persona mayor				
5	Antonio chaparro	cc	19201796		Persona mayor				
6	Carlos Saavedra	cc	12540447		Persona mayor				
7	Edinson Cuellar	cc	19333650		Persona mayor				
8	Alberto Sanabria	cc	19129612		Persona mayor				
9	Jesus Betancur	cc	A570593		Persona mayor				
10	Jose Alvaro Diaz	cc	17196751		Persona mayor				
11	Alvaro Mendoza	cc	17119202		Persona mayor				
12	Luis Francisco Gamon	cc	19436534		Persona mayor				
13	Feiden Adelia Cuesta	cc	171090006		Persona mayor				
14	Luz Dary Franco	cc	39702175		Persona mayor				
15	Alberto Moreno	cc	11292696		Persona mayor				No firma
16	Narciso Avila	cc	19205474		Persona mayor				NARCISO
17	Victor sanabria	cc	3987995		Persona mayor				
18	Luz Gonzalo carrasco	cc	19080959		Persona mayor				GCB.
19									
20									

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 pueda 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 pausas saludables debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Scanned with CamScanner