1. DATOS GENERALES

Fecha: 25 de noviembre de 2022

Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos

Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación:

Profesional en Terapia Ocupacional y profesional en Artes

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable:

Las temáticas propuestas en las estrategias de información, educación y comunicación en estilos de vida saludables fueron construidas en consideración a diferentes aspectos de la población atendida en la unidad operativa, tales como: tipos de enfermedades crónicas en la población, Estado nutricional, consumo de los alimentos brindados, práctica de actividad física y actividades de preferencia.

Grupo/s interactivo/s:

El grupo a la cual va dirigida dicha estrategia es Personas mayores de 60 años que asisten al Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos.

Identificación participativa de la necesidad:

En congruencia con el diagnóstico realizado, en el que se identifica que el 60 % de la población presenta alguna enfermedad crónica y un 17% se encuentra en algún estado de malnutrición; que además existe una gran aceptación de los alimentos brindados en la unidad operativa, así como motivación para participar de las diferentes actividades propuestas. Teniendo en cuenta gustos e intereses de los participantes, los cuales se inclinan por actividades en las que se incluyan herramientas audiovisuales y música, se lleva a cabo la elaboración del plan de promoción de estilos de vida saludables.

Entornos: Individual ___, Familiar ___, Institucional, _X__, Comunitario ___

Tema:

Festival gastronómico, Comida sana

Promoción de la actividad física

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Identificar los estilos de vida, los hábitos alimentarios y de actividad física de la población atendida, diseñar e implementar hábitos saludables, que conlleven a un bienestar físico,

emocional y psicológico.

Objetivos

Promover consumo de alimentos sanos, frutas, verduras, agua; entre otros, implementar actividad física como medida fundamental para prevenir enfermedades como diabetes, hipertensión o enfermedad cardíaca y garantizar una vejez más saludable.

Información:

- Brindar información para modificar hábitos de alimentación e implementar actividad física para contribuir a un bienestar físico, mental y psicológico.

Educación:

- Identificar los alimentos sanos y buscar alternativas de preparación más saludables, aumentar el consumo de alimento preparados al vapor, a la plancha y buscar otras formas de alimentos que no impliquen inmersión en aceite o refinados.
- Orientar a los participantes respecto a la elección de una alimentación saludable, teniendo en cuenta la disponibilidad y el acceso a los alimentos.
- Promover el consumo de alimentos naturales de producción local.
- Promover la práctica de actividad física en el marco de hábitos y estilos de vida saludables.

Comunicación:

- Sensibilizar frente a los beneficios de cada uno de los alimentos sanos y naturales
- Estimular prácticas adecuadas de selección de alimentos en general
- Indicar la importancia del agua.
- Promover la práctica de actividad física diaria

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:

En información

A través de una charla educativa se brinda información de los beneficios de una alimentación sana y la actividad física diaria, donde se brinda un espacio reflexivo de cómo está mi salud y mi participación en estas actividades, ¿qué hago para estar bien?, ¿cómo alimento mi bienestar físico, emocional y psicológico?

En educación:

- Construir conocimientos sobre los beneficios del consumo de los diferentes alimentos que componen el plato saludable.
- Enseñar a construir menús saludables de acuerdo a lo consumido en la institución.
- Por medio de un taller práctico en elaboración de salpicón como alimento saludable

En comunicación:

- Con la charla educativa y el taller de preparación de alimento saludable: salpicón, se realizará un proceso de reflexión, en torno al consumo de los diferentes alimentos y selección adecuada de los mismos; a su vez la importancia de implementar actividad física y prevenir el sedentarismo.

Mensajes:

- En busca de una alimentación saludable y consciente.
- Me cuido modificando mi alimentación e implemento actividad física para mi bienestar físico, mental y psicológico.

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Charla educativa y Taller práctico de alimentación sana.	• Charla educativa • Taller práctico en elaboración de salpicón.	Promover la adopción e implementación de hábitos y estilos de vida saludable con el consumo de alimentos sanos y actividad física en las personas con el fin de evitar enfermedades Y sedentarismo en las mayores participantes en	Frutas: piña, melón, banano, papaya, agua, cuchillo, tablas de picado, elementos de bioseguridad, tapabocas, guantes, cofia, mesas, sillas, recipiente grande, mezclador, vasos, cucharas.	Esta acción se realizará en el mes de noviembre de 2022 y será aplicado por el profesional de Terapia Ocupacional y Artes.

		el servicio del Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos.		

4. EVALUACIÒN

Se organizara el grupo en sedente y en mesa, se distribuirá tareas para preparar un salpicón y se brindará los EPP, para manipular alimentos, a su vez se solicitara lavado de manos, posterior se reflexionara de la importancia de los alimentos sanos, en esta caso las propiedades de las frutas y del agua, para finalizar se realizara el compartir de la preparación con los asistentes.

Elaborado por:

Yaneth Montenegro Vargas-Terapeuta Ocupacional
Natalia Poveda Niño- Profesional en Artes

FECHA: 25/11/2022	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: FESTIVAL GASTRONÓMICO . COMIDA SANA	RESPONSABLE: YANETH MONTENEGRO- NATALIA POVEDA

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

FORMATO CONTROL DE ASISTENCIA CAPACITACIÓN

Código: FOR-PSS-296
Versión: 0
Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019
Página: 1 de 1

FECHA: 25/11/2022 | POBLACION OBJETO: MAYORES 60 AÑOS | SERVICIO SOCIAL: SERVICIO INTEGRAL DE BIENESTAR Y CUIDADO PARA PERSONAS MAYORES

TEMA: Festival gastronómico - comida Sana | No. PERSONAS CAPACITADAS: | TOTAL HORAS:

PROFESIONAL RESPONSABLE: Yareth Montenegro O. Natalia Poveda N. | PROFESIÓN Y DEPENDENCIA: Terapeuta ocupacional Profesional en Artes.

No	LOCALIDAD	TIPO DOCUMENTO	NÚMERO DOCUMENTO	NOMBRE 1	NOMBRE 2	PRIMER APELLIDO	SEGUNDO APELLIDO	EDAD	SEXO F	SEXO M	FIRMA
1	BOSA	CC	77792824	Claudio		Orozco	Rodriguez			X	
2	BOSA	CC	77077684	Marco	Antonio	Gonzalez	Castro			X	
3	BOSA	CC	77188066	Amadeo		Rodriguez	Chavez			X	
4	BOSA	CC	79704750	Alvaro		Meb	Sanchez			X	
5	BOSA	CC	3 280069	Hernando		Valencia	Montoya			X	
6	BOSA	CC	70054294	Juan	Guillermo	Lopez				X	
7	BOSA	CC	7450737	Jose	Doscides	Pedraza	Valle			X	
8	BOSA	CC	79286284	Hernando		Sabogal	Chalvaro			X	
9	BOSA	CC	41636524	Maiina		Piñeros	de Penagos		X		
10	BOSA	CC	79364876	Benjamin		Contreras	Herrera			X	
11	BOSA	CC	79080789	Eduardo		Carmona	Rodriguez			X	
12	BOSA	CC	5556797	Raso	Alfredo	Ortiz				X	
13	BOSA	CC	8700386	Yesid		Rojas	Avila			X	
14	BOSA	CC	12253094	Pedro		Quintero	Cuellar			X	
15	BOSA	CC	77296754	Jesus	Antonio	Garcia				X	
16	BOSA	CC	39648197	Carmen	Julia	Saimiento	Herrera		X		
17	BOSA	CC	79728227	Jose	Vicente	Puerto	Posada			X	
18	BOSA	CC	77084806	Gerardo	Alfredo	Rubio	Diez			X	
19	BOSA	CC	14315832	Jose	Fernando	Lara	Ramirez			X	
20	BOSA	CC	77038564	Alvaro		Forero				X	
21	BOSA	CC	77796757	Jose	Alvaro	Diaz	Hernandez			X	
22	BOSA	CC	77792966	Pedro	Pablo	Figueredo	Cepeles			X	
23	BOSA	CC	79300995	Guillermo		Bonilla	Hernandez			X	
24	BOSA	CC	41771827	Elor Maiia	Maiia	Soiano	Caleron		X		
25	BOSA	CC									
26	BOSA	CC									
27	BOSA	CC									
28	BOSA	CC									
29	BOSA	CC									
30	BOSA	CC									
31	BOSA	CC									

Tratamiento de datos personales. Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual, es un deber y un compromiso de los participantes de la SDIS, no [illegible] información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar, de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013"

Powered by CamScanner