

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE		Código: FOR-PSS-517	
			Versión: 0	
			Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021	
			Página: 1 de 1	

Modalidad: Cuidado Transitorio Dia-Noche		Fecha de ejecución:		31	3	2023
--	--	---------------------	--	----	---	------

Unidad Operativa: Centro De Cuidado Transitorio Antonia Santos						
Eje de Atención: Imaginarios y practicas del envejecimiento						
Línea de Atención: Buenas prácticas del envejecimiento			Profesional a cargo: TECNICO EN EDUCACIÓN FISICA - YOHN FLOREZ			
Nombre de la actividad: SARCOPENIA						
DESARROLLO DEL TEMA:						
OBJETIVO GENERAL:						
Lograr que las personas mayores identifiquen y reconozcan los imaginarios y prácticas adversas a la vejez y el envejecimiento, así como sus consecuencias en la vulneración de los derechos y resignificar, promover y fomentar representaciones, imaginarios y prácticas favorables al envejecimiento y la vejez a través de acciones que identifiquen, valoren y reconozcan a las personas mayores como sujetos de derechos y en su inmensa multiplicidad.						
OBJETIVOS ESPECÍFICOS						
1. Generar conciencia en las personas mayores sobre la importancia de realizar rutinas de fortalecimiento para disminuir riesgo de patología "sarcopenia". 2. Disminuir el riesgo de lesiones en el deterioro funcional y de afecciones crónicas o de reciente aparición en la persona mayor.						
METODOLOGÍA- TEORICO						
MOMENTO INICIAL	Se inicia la actividad con rutina de actividad física, realizando un circuito de trabajo, fuerza y resistencia, se realizan 3 ejercicios individuales de series de 10 repeticiones. Iniciando con calentamiento progresivo, ejercicios de respiración y estiramiento, luego en la parte central se realizan ejercicios de fortalecimiento general y trabajo aeróbico rítmico, vuelta a la calma con relajación.					
MOMENTO CENTRAL	En un segundo momento se realiza socialización y retroalimentación del tema "sarcopenia", reforzando concepto, factores de riesgo y clases, resaltando que es la pérdida de masa muscular y debilidad muscular conocida por precipitar el riesgo de discapacidad, la comorbilidad y disminución de la independencia en las personas mayores interiorizando en ellos la importancia de realizar y empoderarse en la practica de rutinas de fortalecimiento integral. A continuación se les proyectara un video donde las personas mayores verán cuales son las medidas que se pueden tomar para fortalecer la sarcopenia, así mismo se les explica cuales son los ejercicios que se deben tener como base. Para finalizar se realiza rutina de estiramiento y manejo de respiración explicando a los participantes la importancia de estas como método de recuperación.					
MOMENTO FINAL	Al momento final se realizará retroalimentación del tema tratado, donde se les dará a conocer a las personas mayores la importancia de tener en cuenta los temas tratados desde el autocuidado personal.					
RECURSOS						
Sonido			sillas			
Zona verde			PC			
EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD						
A través de la socialización sobre las generalidades de la sarcopenia entendida como la pérdida de la masa muscular en las personas mayores, se generó en los participantes intereses por el tema reconociendo la importancia de la práctica cotidiana de la actividad física específicamente de fuerza como estrategia para contrarrestar la pérdida de fortaleza y mejorar la funcionalidad, independencia, vitalidad y autoestima.						

FECHA:
31/03/2023

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
SARCOPENIA

RESPONSABLE;
YOHN JAIRO SUAREZ
FLOREZ



Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos

Fecha:	31-03-2023	DD-MMM-AAAA	am
--------	------------	-------------	----

Nombre del Responsable: Tatiana Bargas Alba	
DOCUMENTO DE	

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LÍNEA: Prácticas del envejecimiento Sancapena	LÍNEA: Identificación y fortalecimiento de redes familiares Experiencia de familiares	LÍNEA: Participación en actividades de capacitación celebración cumpleaños	LÍNEA: Articulación Medicina arrestal		
1	CC	19246034	Pedro de Jesus	GUTIERREZ	SI	NO	NO	NO	PEDRO GUTIERREZ	
2	CC	19104150	Alvaro	melo Sanchez	SI	SI	SI	NO		
3	CC	1.135.821	Angel Maria	Morero Rodriguez	SI	SI	SI	NO		
4	CC	23992893	Maria de Jesus	Forero Torres	SI	SI	SI	SI	Maria	
5	CC	41403343	Maria Inel	Melo Caburga	SI	SI	SI	SI	No firma	
6	CC	24097875	Rosa Maria	Arismenck de Tibaduiza	SI	SI	SI	NO		
7	CC	41433137	Maria Claudia	Volbuena Sanchez	SI	SI	SI	NO		
8	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	SI	SI	SI	NO		
9	CC	41596846	Flor Estella	Diaz Casas	SI	SI	SI	SI		
10	CC	41503472	Belisbe	Gamba Horcada	SI	SI	SI	NO		
11	CC	40057142	Juan Camilo	Morero Mendez	SI	SI	SI	NO		
12	CC	1304538	Alonso	Alzat Tabares	SI	SI	SI	NO		
13	CC	5805889	Waelino	Montaña Diaz	SI	SI	SI	NO		
14	CC	17011684	Marco Antonio	Gonzalez Castro	SI	SI	SI	SI		
15	CC	3280140	Jose Baden	Gonzalez	SI	SI	SI	NO	No firma	
16	CC	17038564	Alvaro	Forero	SI	SI	SI	SI		



GOBIERNO DE BOGOTÁ

SECRETARÍA DE SALUD PÚBLICA

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525

Versión: 1

Fecha: Mayo 12022031105-15

09/2022

Página: 2 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos

Fecha: 31-03-2023 DD-MMM-AAAA AM

Nombre del Responsable: Tatiana Baragel Alba

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buena prácticas del envejecimiento Sarcopenia	ACTIVIDAD 2 LINEA: Identifica y fortalece el rol de redes familiares dentro de familias	ACTIVIDAD 3 LINEA: Identifica habilidades capacidades celebración de cumpleaños	ACTIVIDAD 4 LINEA: Articulación Medicina Ancestral		
17	CC	17.130.958	José Isidro	Obaque Orrego	SI	NO	NO	NO	<i>[Signature]</i>	
18	CC	5554831	José David	Carreño Jaimes	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
19	CC	17.084.350	Roberto	Rincón Rodríguez	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
20	CC	3.990.534	Jorge Ivan	Cottoño Palacio	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
21	CC	7450737	José Dioscaridel	Bedaza Valle	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
22	CC	17174946	Hernando	Díaz Umaña	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
23	CC	3.506.214	José Ignacio	Huñoz Hato	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
24	CC	17182587	Jorge Eliecer	García	SI	SI	SI	SI	<i>[Signature]</i>	
25	CC	17.174.274	Hisael	Español Alvaréz	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
26	CC	17.196.751	José Alvaro	Díaz Hernández	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
27	CC	17.188.066	Amadeo	Rodríguez Chavez	SI	SI	SI	SI	<i>[Signature]</i>	
28	CC	19140.749	Luis Manuel	Reyes	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
29	CC	17192824	Estudio	Ortiz Rodríguez	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	
30	CC	19.086.282	Jorge	Díaz	SI	SI	SI	SI	<i>[Signature]</i>	
31	CC	11290490	Aristobulo	Rico	SI	SI	SI	NO	<i>[Signature]</i>	

MUNICIPALIDAD DE CANTABRIA		PROYECTO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL				FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES				Código: FOM-PSS-025 Versión: 1 Fecha: Mayo 2022031105-15 Página: 3 de 4	
Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos										Fecha: 31-03-2023	
Nombre del Responsable: Tatiana Barajas Alba											
ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES	
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buena Práctica del Envejecimiento Saludable	ACTIVIDAD 2 LINEA: Fortalecimiento de Redes Familiares y Comunitarias	ACTIVIDAD 3 LINEA: Habilidades y Potencialidades de las Personas	ACTIVIDAD 4 LINEA: Articulación de Medicinas Ancestrales			
32	CC	4.172.538	Alberto	Hosquera	SI	NO	NO	NO	[Firma]		
33	CC	11.371.988	Saul	Huñoz Romo	SI	NO	NO	NO	[Firma]		
34	CC	19080189	Eduardo	Carmona Rodríguez	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
35	CC	10217183	Remiro	Arango Ortiz	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
36	CC	19.118.844	Rigoberto	García Rubiano	SI	SI	SI	SI	[Firma]		
37	CC	19128221	José Vicente	Puerto Pineda	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
38	CC	19.183.981	Alberto	Arenal	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
39	CC	5556197	Rosa Alfredo	Ortiz	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
40	CC	17.806.331	Octavio	Córdoba	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
41	CC	19.194.395	Rafael	Benavides Pérez	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
42	CC	41636524	Marina	Piñeros de Penagos	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
43	CC	41635324	Myriam	Rodríguez	SI	SI	SI	SI	[Firma]		
44	CC	19.280.474	Jorge Enrique	Quintero	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
45	CC	6026912	Hernando	Ureaga	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
46	CC	8.700.386	Yessid	Rojas Ayala	SI	SI	SI	NO	[Firma]		
47	CC	41.711.827	Flor Yvonne	Sotomayor Calderon	SI	SI	SI	NO	[Firma]		



ALCALDIA MUNICIPIO
PEROTE, OTAMORA.

ESTABLECIMIENTO DE REGISTRO CIVIL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525

Versión: 1

Fecha: Mayo 2023 1105 -15
10/9/2022

Página: 4 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Antonia Santos

Fecha: 31-03-2023 6:24 AM.

Nombre del Responsable: Tatiana Borge Alba

ÍTEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buena práctica del empoderamiento Sociopenia.	ACTIVIDAD 2 LINEA: Identificación y fortalecimiento de redes familiares Encuentro de familias	ACTIVIDAD 3 LINEA: Fortalecimiento de habilidades y capacidades potencialidades celebración de cumpleaños	ACTIVIDAD 4 LINEA: Fortalecimiento de habilidades y capacidades Hedding Ancestral.		
48	CC	79.286.284	Hernando	Sobogal Chacarro	SI	SI	SI	NO	#	
49	CC	42.796.043	Beatriz Elena	Haro Haro	SI	SI	SI	NO	BEATRIZ	
50	CC	80.265.498	Henry	Huetos Contreras	SI	SI	SI	NO	Henry	
51	CC	43.515.566	Maria ElSena	Benitez Cano	SI	SI	SI	SI	ElSena	
52	CC	4.066.235	Alfonso	Rodriguez Pena	SI	NO	NO	NO	Alfonso	
53	CC	19.342.420	Orlando	Chavarria Gomez	SI	SI	SI	NO	Orlando	
54	CC	19.295.239	Luis Gabriel	Sanchez Vargas	SI	SI	SI	NO	Luis Gabriel	
55	CC	19.255.215	Miguel Antonio	Urdal Castro	SI	SI	SI	NO	Miguel Antonio	
56	CC	3.063.805	Manoel Humberto	Reyes Castillo	SI	SI	SI	NO	Manoel Humberto	
57	CC	80.260.236	Pablo Horacio	Escobar Clarillo	SI	SI	SI	NO	Pablo Horacio	
58	CC	17.093.860	Jaime	Rodriguez Gonzalez	SI	SI	SI	SI	Jaime	
59	CC	79.250.068	Jaime	Campos Hernandez	SI	SI	SI	NO	Jaime	
60	CC	12.552.351	Javier Jose	Hernandez Benavides	SI	SI	SI	NO	Javier Jose	
61	CC	51661210	Gladys	Banilla Alvarez	SI	SI	SI	SI	Gladys	
62	CC	79.105.566	Oscar Javier	Oscar Perez	SI	SI	SI	NO	Oscar Javier	