	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022
ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: comunidad de cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Caminos de Vida

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: Cuerpo y Mente

2.1. Fecha de Ejecución:

1	8	2024	al	31	8	2024

2.2. Nombre del encuentro: 1.Te cuidas Me cuido, 2. Alimentando Conocimientos, 3. Rehabilitando Capacidades, 4. Mi imagén mi salud, 5. Prevenir es Vivir, 6. Estimulacion Sensorial.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación:-Aidall Arguello (Jefe Enfermera)-Gian Carlos Diaz - Lesly Fontalvo (Nutricionista)-Diana Muñoz (Fisioterapia)Carolina Peñaloza (Terapeuta Ocupacional)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
Fomentar el autocuidado en las personas mayores, a través de actividades que se adapten a sus habilidades y destrezas, para mantener estilos de vida saludable.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Actividad 1: Promover el bienestar en las personas mayores, por medio de estilos de vida saludables.
Actividad 2: Promover el bienestar en las personas mayores, por medio de estilos de vida saludables.
Actividad 3: Fortalecer en las personas mayores el autocuidado, a través de diferentes estrategias terapéuticas que permitan mejorar su calidad de vida.
Actividad 4: Fortalecer en las personas mayores el autocuidado, a través de diferentes estrategias terapéuticas que permitan mejorar su calidad de vida.
Actividad 5: Mantener los diferentes canales receptores sensoriales y la higiene en las personas mayores con buenas practicas del cuidado personal.
Actividad 6: Mantener los diferentes canales receptores sensoriales y la higiene en las personas mayores con buenas practicas del cuidado personal.

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1: Dando cumplimiento con las actividades del PAI correspondiente a la vigencia y convenio, se proyectó actividad de autocuidado con el fin de fortalecer en las personas mayores las habilidades y destrezas de los adecuados hábitos y estilos de vida saludable, a través de la motivación e incentivo para el uso adecuado de los elementos de aseo , concientizando a la persona mayor en el buen uso. los días 1,11,13,25 de agosto del 2024 actividad realizada en espacios comunes de la institucion logrando una participacion positiva, donde como finalidad se tiene fortalecer el autocuidado y tecnicas de cuidado bajo la actividad " te cuidas me cuido"
	Actividad 2: **(14-08-2024)** Se realiza la bienvenida al grupo, utilizando un lenguaje claro y efusivo para motivar a las personas mayores, se procede a presentarse con nombre y apellido, indicar el tiempo que durará el taller y ser lo más puntual en llevar a cabo dicho horario, a continuacion se explica la importancia del tema y cuáles son los resultados esperados al finalizar la jornada educativa.
	Actividad 3: En cada uno de los momentos de intervencion se realizo desinfección de los elementos que se utilizaron en la actividad terapéutica, se acondicionó el lugar donde se desarrolló la actividad, se vincularon las personas mayores en el área establecida y se garantizó el cumplimiento de los lineamientos establecidos en el protocolo de bioseguridad. Se desarrolló de manera satisfactoria la actividad propuesta, sin presentar novedades o complicaciones. Se realizaron los días 06-08-12-14-20-26-27 De agosto de 2024.
	Actividad 4: Se realizó la actividad programada por desde el PAI, " mi imagen mi salud" Donde el area de enfermeria incentivó las técnicas y actividades de Autocuidado encaminadas al embellecimiento de las personas mayores mejorando su autoestima e imagen corporal , aplicando estrategias de peinados, aplicación de bloqueador , trenzados y demas estrategias terapeuticas que incentiven y permitan mejorar la calidad de vida de la persona mayor , actividad realizada los días 7 y 13 Agosto del 2024.
	Actividad 5: Dando inicio a la actividad "prevenir es vivir" establecida desde PAI y dando cumplimiento al mismo se realizó actividad dirigida a las personas mayores promoviendo manera practica y vivencial, el mantenimiento de hábitos saludables e higiénicos en salud de la persona mayor. Actividad se realizó el día 7 y 14 de agosto del 2024
	Actividad 6: Para el taller de estimulación sensorial, se desarrollaron diversas actividades a fin de estimular sentidos de las personas mayores participantes, se realizó esitmulación a nivel táctil, auditiva, gustativa y olfativa, fortaleciendo los receptores sensoriales de los participantes. Este taller se desarrolló los dias 8, 15 y 22 de agosto
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1: Actividad realizada en la comunidad de cuidado denominada te cuidadas me cuido , donde se inicia con dinamica explicando la actividad a las personas mayores que se vinculan mayores , por medio de ilusustracion visual se socializa la importancia del cuidado asi mismo , uso de los elementos de higiene diaria con el fin de fortalecer habitos adecuados y contribuir asi con el bienestar de cada una de las personas mayores, se dan conceptos basicos tales como: higiene, autocuidado, bienestar , salud y enfermedad.
	Actividad 2: **(14-08-2024)** En la Intervención del profesional de nutricionse realiza la caraterizacion del tema, se explican las funciones y como se genera el aprovechamiento de los alimentos fuentes de proteínas, se proporcionará una breve charla o presentación sobre los conceptos y definición de las proteínas y como intervienen en la etapa de la vejez, se da a conocer los desafíos que se presenta con la nutrición comunes con las personas mayores y con unas modificaciones alimentarias equilibradas se pues mejorar la calidad de vida, se organizarán grupos pequeños con las personas mayores y se les entregará el esquema didáctico para la señalización, nuevamente se unirá a todos los participantes y se realizará preguntas para verificar que el tema quedara claro y se realizaran las conclusiones al tema.
	Actividad 3: Se realizan sesiones de 25 minutos cada una trabajando en diferentes areas y espacios con el fin de optimizar las capacidades artromiocinematicas de Las personas mayores participantes.En la actividad de rehabilitando capacidades se desarrollaron diferentes modalidades fisicas y cineticas como movilidad articular, ejercicios isometricos, ejercicios isotonicos, estiramientos musculares, tecnicas de FNP y medios fisicos segun las fechas planteadas en el cronograma de actividades.
	Actividad 4: La actividad donde se abordó las diferentes personas mayores ubicada en distintas areas comunes, ayudando a mejorar su imagen corporal y aumento de bienestar fisico y mental se refuerzan actividades preventivas y de contención frente al manejo de pediculosis, logrando adecuados resultados en las personas mayores , no obstante la participación de grupo externo para corte de cabello masculino y femenino de acuerdo a gusto e intereses. siendo esta de agrado e interés para todos y asi mismo se garantiza la disminucion de pediculosis.
	Actividad 5: Durante la actividad se logró la participación de las personas mayores mostrando interés por el tema ademas que permite de manera sencilla y clara, se reitera la importancia de mantener tips y recomendaciones sobre hábitos de estilo de vida saludable que serán asistidos, acompañados y supervisados en los diferentes escenarios con el servicio de enfermería. por otra parte se refuerzan lineamientos para el uso seguro de oxigeno como medicamento , en cuanto horario , litraje , como dispositivo principal de oxigenacion

	Actividad 6: El día **8 de agosto,** se realizó actividad de estímulación sensorial a nivel tactil con exfoliante corporal y crema hidratante, se realiza estimulación en miembros inferiores utilizando inicialmente el exfoliante de manera que las personas mayores sintieran los granos de la crema y seguidamente se realiza con crema hidratante con el fin de identificar las diferentes texturas, se evidenció identificación de texturas, tolerancia a la estimulación tactil y al tiempo de la actiivdad. El día **15 de agosto,** se realizó estimulación tactil a nivel de miembros superiores, se utilizó gel hidratante y crema hidratante con olores cítricos, inicialmente, el tallerista aplicó el gel en las extremidades superiores de los participantes a la actividad y seguidamente aplicó la crema, se realiza estimulación de distal a proximal, con la actividad se evidenció identificación de olores y texturas entre e gel y la crema, tolerancia a la actividad e identificación del segmento corporal estimulado. El día **22 de agosto,** se realizó actividad de estimulación propioceptiva con las personas mayores utilizando balón de bobat, para ello el tallerista se ubicó de frente a cada uno de los participantes y dió las indicaciones de la actividad, la cual consistió en lanzar el balón a cada uno de los participantes quienes debieron lanzarlo al tallerista y a los compañeros según la indicación del tallerista, se evidenció en la actividad seguimiento de la instrucción, interés por la actividad, tolerancia a la actividad, modulación de fuerza para lanzar la pelota y reconocimiento de partes del cuerpo para realizar los lanzamientos
3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1: La participación activa de las personas mayores durante la actividad permitió no solo cumplir con los objetivos planteados, sino también fomentar un ambiente de bienestar y satisfacción. Las intervenciones realizadas desde el área de enfermería fueron bien recibidas, mostrando que las estrategias implementadas lograron un impacto positivo. La respuesta positiva de los participantes, reflejada en su agrado y felicidad, subraya la importancia de continuar promoviendo enfoques centrados en sus necesidades, mejorando así la calidad del servicio y fortaleciendo su experiencia de atención.
	Actividad 2: **(14-08-2024)** Para concluir la actividad se generan conclusiones sobre la dinámica establecida, el cierre de la sesión educativa y agradecer a los participantes, se ordena el sitio en donde se realizó la actividad.
	Actividad 3: Cada una de las intervenciones individualizadas a las personas mayores se finalizo con el objetivo enfocado en mantenimiento y fortalecimiento de funciones artromiocinematicas y necesidades de las personas mayores.
	Actividad 4: Se logró el cumplimiento de los objetivos establecidos desde el área de enfermería, asegurando la calidad de la intervención. Como parte de la evidencia, se realizó un registro fotográfico documentando el desarrollo de la actividad. Al finalizar, se dejó el espacio en orden y con un adecuado nivel de aseo. Además, las personas mayores mostraron rostros de alegría y expresaron verbalmente su satisfacción con la actividad, lo que refuerza el impacto positivo de la misma en su bienestar emocional y físico.
	Actividad 5: La actividad concluyó cumpliendo con el objetivo inicial, asegurando que se alcanzaran los resultados esperados. Al finalizar, se extendió una invitación a todas las personas mayores para continuar participando en futuras sesiones, motivándolos a seguir siendo partícipes activos. Esta continuidad en la participación refuerza el compromiso con su bienestar y garantiza la oportunidad de seguir beneficiándose de las actividades diseñadas para mejorar su calidad de vida.
	Actividad 6: En cada una de las sesiones de estimulación sensorial se finalizó la actividad explicando los múltiples beneficios de permitir este tipo de sensaciones para el mantenimiento de los diferentes canales sensoriales, seguido a esto se abrió un espacio de escucha para que las personas mayores expresaran sus pensamientos, opiniones y sensaciones durante la sesión.

3.4.RECURSOS	
mesas	Enfermería
puff	Terapeutas Ocupacionales
balones de diferentes colores	Talleristas
Rastrillo	Nutrición
Papel de colores	Fisioterapeuta
Tijeras	
Sillas	
fragancias de olor	
Cinta	
Parlante	
Espejo	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Se logro la participación de 80 personas mayores en la actividad , donde se cumple con la metodología y organización por parte de enfermeria , cabe resaltar que durante las cuatro sesiones se realizó convocatoria con anterioridad para así lograr el exito de la participación a dicha actividad.

Actividad 2: Se realiza retroalimentacion al finaliza el encuentro, permitiendo el espacio de cambio de conocimientos concluyendo con la toma de las firmas de asistencias.

Actividad 3: En esta actividad se integraron personas mayores realizando actividad terapeutica propuesta logrando a cabalidad lo planteado en el programa y se observó la participacion activa de las personas mayores en todos los ejercicios cineticos y mecanicos propuestos

Actividad 4 Se realizó evaluación de la actividad donde se logró la participación de 90 personas mayores, Actividad de "Mi imagen mi salud"se deja espacio utilizado limpio y en orden , se recogen materiales utilizados y se proyecta nuevo encuentro para el mes.

Actividad 5 Se da por terminada la actividad "prevenir es vivir"logrando los objetivos propuestos con participación activa y permanente de 95 personas mayores vinculadas en la actividad, además se recibe aportes y conceptos de percepción por parte de las persona mayores frente a la actividad siendo estos muy positivos como evaluación.

Actividad 6: Se observa la participación de las personas mayores en las actividades de estimulación sensorial, las personas mayores muestran agrado y permiten la participación de forma activa y pasiva, así mismo se indaga sobre la estimulación recibida, siendo una apreciación positiva y se reciben sugerencias de nuevos estímulos que les gustaría percibir.

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE: MARTHA AUXILIO AGUDELO DE LOPEZ
CC: 32526443
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

NOMBRE: MARIA HELENA BARRERA POVEDA
CC: 53905885
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE: MERCEDES VARGAS
CC: 52047581
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NOMBRE: Irma Rosa Gomez M.
CC: 63273033
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

NOMBRE: LILIA SANCHEZ TORRES
CC: 20183605
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NOMBRE: ORLANDO HURTADO
CC: 10238765
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

RAUL ARMANDO MARTINEZ MORENO:
Coordinador

Fecha de evaluación del encuentro:

Nombre del profesional que evalúa:-Aidali Arguello-(Jefe Enfermera)-Lesly Fontalvo (Nutricionista)-Diana Muñoz (Fisioterapia) - Carolina Montes Avila (Terapeuta Ocupacional)

COMUNIDAD DE CUIDADO CAMINOS DE VIDA
CONVENIO 8135-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA CUERPO Y MENTE

1. Te cuidas Me cuido

1 Agosto 2024



11 Agosto 2024



13 Agosto 2024



25 Agosto 2024



2. Alimentando Conocimientos.



3. Rehabilitando Capacidades

06/08/2024



08/08/2024



12/08/2024



14/08/2024



20/08/2024



26/08/2024

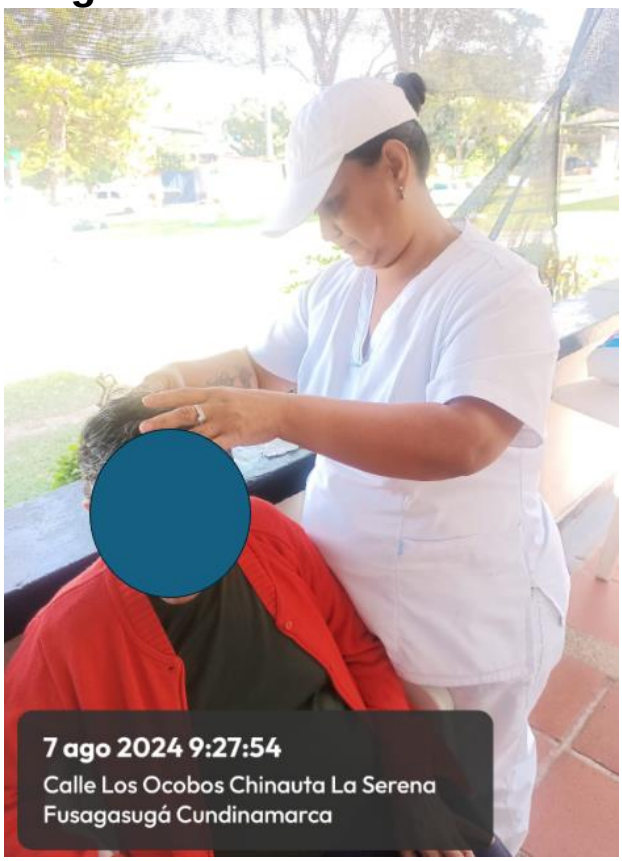


27/08/2024



4. Mi Imagen mi salud

7 Agosto 2024



13 Agosto 2024



5. Prevenir es Vivir

7 Agosto 2024



14 Agosto 2024



6. Estimulación Sensorial.

08/08/2024



15/08/2024


15/08/2024 2:44:06 p. m.
Calle Los Ocobos
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca
Carolina Peñaloza T.O

22/08/2024


22/08/2024 2:37:27 p. m.