1. DATOS GENERALES
Fecha: JULIO de 2022
Nombre del proyecto/servicio/localidad: Centro Comunidad de Cuidado Tierra de Sol
Personas asignadas para la construcción de la estrategia Información, educación y comunicación: nutricionista de la unidad operativa.

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA
Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable: Favorecer el acceso al conocimiento de acciones y contenidos que permitan sensibilizar, afianzar y consolidar un estilo de vida saludable (en el plano físico, mental y emocional), en torno al proceso de alimentación, nutrición y actividad física.
Grupo/s interactivo/s: Personas mayores acogidas en la unidad operativa Comunidad de Cuidado Tierra de Sol con discapacidad severa mayores de 60 años, hombres y mujeres de modalidad severa.
Identificación participativa de la necesidad: Se realiza la identificación de las necesidades a través de observación en grupo focal y conceptos de otros profesionales que laboran en la unidad para establecer las metodologías más adecuadas para trabajar con la población en condición de discapacidad severa. Como insumo se hace uso de la caracterización actualizada de la unidad, la cual se modifica de acuerdo a las capacidades y habilidades de cada persona mayor de acuerdo a los cambios comportamentales y de salud registrados y de la personas mayores nuevas ingresadas al centro.

TABLA DE EVALUACIÓN NOPS			
Necesidades	Oportunidades	problemas	Soluciones
Tener acercamiento acerca de un estilo de vida saludable. Identificación de acciones que hacen parte de un estilo de vida saludable en una condición de discapacidad	Una pequeña parte de las personas mayores siguen pautas e instrucciones por reiteración. Las personas mayores asocian contenidos visuales y auditivos en diferentes nivel de	Es necesario reforzar la exposición a acciones reiterativas que conlleven a una recordación efectiva para lograr la asociación de contenidos.	A través del imágenes, sonidos, lecturas, exposición a estímulos sensoriales y otras metodologías que involucren los sentidos orientadas a un estilo de vida saludable y al

2. DETERMINACIÓN DE LA TEMÁTICA

física y cognitiva severa. Identificación de acciones que permitirían un estado de salud óptimo. Mantenimiento de la salud mental y cognoscitiva de manera integral favorecida desde los diversos ámbitos que atraviesa el proceso de alimentación.	acuerdo a sus diagnósticos, evolución natural de su enfermedad y condición actual general de salud.	Las personas mayores siguen instrucciones a corto plazo. Es necesario construir el material didáctico para trabajar con las personas mayores. Es necesario generar estimulación sensorial desde varios ámbitos para retrasar procesos de deterioro en la deglución.	mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores. Se construirá el material didáctico por parte de los profesionales o en construcción con las personas mayores dependiendo de la complejidad y dependiendo de la actividad. Se adecuarán las actividades enfocadas al disfrute de la alimentación y fortalecer procesos de alimentación y deglución.	

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

Tema: Aumentar el reconocimiento, recordación y la practica de acciones que hagan parte un estilo de vida saludable para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

3. ESTRUCTURACIÓN METODOLÓGICA

Alcance de la estrategia IEC: se inicia en la construcción de contenidos y estrategias de transmisión del conocimiento adecuadas para personas mayores con discapacidad severa con el objetivo que generen recordación e interioricen la información suministrada, se planearan estrategias que permitan una estimulación benéfica para mantener procesos de alimentación a corto y mediano plazo o para el mantenimiento de la funcionalidad que está presente en cada grupo de acuerdo a su nivel de funcionalidad. La actividad se implementará de manera grupal por medio de diferentes metodologías con un solo objetivo desarrollado por bloque temático compuesto por 4 bloques temáticos, cada bloque temático se desarrollara trimestralmente, la actividad mensual desarrollara con una metodología experiencial acorde a las condiciones funcionales a nivel fisico y cognoscitivo del grupo a intervenir para cumplir con el objetivo se requiere de alimentos(previamente solicitados), salon, sillas, recipientes para alimentos y

cubiertos de mesa , computadores, audífonos, bafle o minicomponente, impresora, tinta para impreso a color, hojas de papel, cartón paja y acceso a internet.

Objetivos:

Información: Reconocer conceptos básicos y factores que determinan la presencia de un estilo de vida saludable y el mantenimiento de una calidad de vida a través de la práctica de éstas durante las sesiones realizadas.

Educación: Generar reconocimiento a través de la exposición a imágenes sugerentes acerca de las prácticas mostradas para que reconozcan prácticas saludables para mantener un estilo de vida adecuado y en general la salud.

Comunicación: aplicar los conocimientos impartidos en las sesiones en otros espacios en las jornadas diarias para fijar el conocimiento y evidenciar la evolución de cada persona mayor.

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

En información:

Sabemos que los procesos de aprendizaje que tiene lugar de manera cotidiana van modelando nuestro cerebro que se mantiene a través de un sinnúmero de sinapsis, estos procesos son los encargados que vayan desapareciendo las conexiones menos activas y se mantengan las más activas. La neurociencia ha demostrado que las redes neuronales poseen cierta plasticidad, así la sinapsis habilitada se refuerza o se debilita hasta una edad avanzada por medio de nuevos estímulos, vivencias, pensamientos y acciones en términos generales a través de nuevas experiencias, gracias a esto el aprendizaje no tiene fin. Se hace necesario entonces que el individuo se encuentre ocupado en cuestiones y acciones que mantenga sus expectativas y desempeños cotidianos ya que el cerebro para desarrollarse necesita interacción continua con el mundo exterior. Se habla de zonas sensibles de aprendizaje y sinaptogénesis por la edad no obstante cualquier conjunto de estímulos ambientales específicos causan en el cerebro nuevas conexiones, habilidad que se conserva en todo el transcurso de la vida incluso la tercera edad.

La metas y objetivo de aprendizaje están influidas por la naturaleza de las tareas a desarrollar. De tal forma es necesario que el planteamiento de la actividad o tarea a realizar este acorde a sus capacidades actuales cognoscitivas, comportamentales y sensoriales para cumplir el objetivo propuesto en el desarrollo y acción de las sesiones propuestas a las personas mayores. Así cuando la tarea sea más desafiante y significativa (en términos sensoriales), interesante, importante y útil, no solo proporcionará el aprendizaje para su reconocimiento, sino reforzar nuevas conexiones en el cerebro que

establezcan a mediano plazo recordación de las acciones enseñadas.

Estrategia pedagógica: actividades identificadas que son de su interés que mantienen sus expectativas. Actividades cotidianas a través de estrategias lúdicas que involucren al 100% los sentidos (visual, auditivo, tacto, olfato, gusto) con contenido nuevo a recordar y asociar.

Mensajes: ver para aprender y mantener una vida saludable.

Herramienta/s pedagógica/s:

Nombre de la herramienta	Descripción	Justificación	Recursos	Cronograma para el diseño e implementación
Experiencias sensoriales y organolépticas.	La herramienta consiste en desarrollar espacios de interacción a través de los sentidos con diversos alimentos y otras texturas que estimulen sensaciones en cada persona mayor para activar la funcionalidad física a diferentes niveles.	De acuerdo con la condición actual que presenta la mayoría de las personas mayores atendidas, es útil el uso de actividades que generen reminiscencias “Recuerdo impreciso de un hecho o una imagen del pasado que viene a la memoria”, “lo que sobrevive de una cosa y sirve para recordarla”. El objetivo es lograr que las personas	Papel, tinta, impresora, computador, video been, cartulina, cinta, papel de colores, pinturas, pinceles, pitillos, alimentos, cucharas, platos, salón, sillas, sillas de ruedas, mesas.	Fechas: mes de julio, agosto y septiembre . Responsable: Nutricionista. Actividad: exposición a medios sensoriales y texturas.
Armando cuentos			Papel, tinta, impresora, computador, video been, cartulina, cinta, papel de colores, pinturas,	Fechas: mes de octubre, noviembre y diciembre. Responsable: Nutricionista. Actividad: se realizará lectura

		mayores se familiaricen con dichas acciones que pueden hacer parte de la vida cotidiana como acciones de higiene personal entre otras y así se afiance su replicación en el día a día.	pinceles.	en voz alta de historias o relatos que narren situaciones relacionadas con estilos de vida saludables. Al final se expondrán imágenes y fichas alusivas para que ellos asocien el contenido leído con la imagenes presentada.
Reconocimiento con los sentidos.			Papel, tinta, impresora, computador, video been, cartulina, cinta, papel de colores, pinturas, pinceles. alimentos	Fecha: enero, febrero, marzo 2023 Se conseguirán módulos de alimentos, alimentos de tamaño y textura adecuada, se vendaran los ojos de las personas mayores y se les permitirá que manipulen a través del tacto cada elemento para que lo reconozcan en su mente y verbalicen que es.
Explorando mi cuerpo y mis			Papel, tinta, impresora, computador,	Fechas: abril, mayo, junio y julio del 2023.

habilidades.			video been, cartulina, cinta, papel de colores, pinturas, pinceles. Alimentos, Pocillos, Cucharas, Entre otros.	Responsable: Nutricionista. Actividad: se realizarán sesiones de trabajo con grupos focales en articulación con fisioterapia y terapia ocupacional para trabajar y fortalecer patrón mano-boca. Esta actividad permitirá evaluar el potencial funcional de las personas mayores vinculadas a la actividad. Se dispondrán de elementos de colores para lograr identificación y asociación.

4. EVALUACIÒN

La evaluación se realizará a través de la participación voluntaria y asistencia al momento de hacer la convocatoria, tiempo de duración dentro el recinto al momento de realizar la actividad o donde se expondrán las actividades. Se evaluarán momentos de atención y de interés o permanencia en las diferentes estrategias y sesiones usadas.

Elaborado por: Johana Alvarado Villamizar

INSTRUCCIONES PARA DILIGENCIAMIENTO

Objetivo: Construir estrategias de información educación y comunicación en estilos de vida saludables relacionadas con alimentación, nutrición y actividad física de acuerdo a las necesidades de los participantes, con la asesoría y acompañamiento del gestor de Información, Educación y Comunicación asignado en cada subdirección técnica.

Diligenciar:

Fecha: día/mes/año de diligenciamiento del formato.

Nombre del proyecto/servicio/localidad: Colocar los datos del proyecto, el servicio y la localidad a la que pertenece el(los) grupo(s) interactivo(s).

Personas asignadas para la construcción de la estrategia IEC: profesionales que integran el equipo para diseñar y liderar la implementación de la estrategia.

Diagnóstico de las necesidades en promoción de estilos de vida saludable: incluir los datos de caracterización de la población, la información cuantitativa y cualitativa.

Grupo/s interactivo/s: registrar las características del grupo de personas que recibirá la acción de IEC como edad, sexo, condiciones socioeconómicas, nivel educativo.

Identificación participativa de la necesidad: relacionar las causas y problemas asociados, que permitirán priorizar la temática y entornos que se incluirán en el desarrollo de la estrategia IEC.

Entorno/s: definir qué entorno/s aborda el proceso planteado.

Tema: escribir el tema a desarrollar, de acuerdo con el diagnóstico de las necesidades y la identificación participativa de la necesidad.

Alcance de la estrategia IEC: identificar el punto de partida de la acción: "desde" las actividades que conforman el “hasta” el diseño e implementación de la estrategia IEC en estilos de vida saludable.

Objetivos: definir objetivos que contribuyan a los cambios de comportamiento, enfocándose en lo que espera que el grupo interactivo conozca, aprenda y modifique.

Descripción de las acciones de información, educación y comunicación a desarrollar:
✓ En información: determinar el marco conceptual que contenga la fundamentación teórica necesaria para el desarrollo del tema.
✓ En educación: describir el enfoque metodológico y cómo las acciones promueven la reflexión o la discusión.

✓ En comunicación: identificar cómo motivar a la acción, construcción, o identificación participativa de las prácticas cotidianas que hacen posible el cambio de comportamiento deseado.

Mensajes: presentar los mensajes seleccionados y redactados.
Herramienta/s pedagógica/s: relacionar los procedimientos, formas y productos que contribuyen a cambiar actitudes y generar reflexiones y transformaciones en los hábitos y prácticas no saludables de los grupos priorizados.

- ✓ Nombre de la herramienta: denominación que el equipo que construye la estrategia le asigna.
- ✓ Descripción: explicar en qué consiste la herramienta y su funcionamiento.
- ✓ Justificación: enuncie los argumentos para la selección de la herramienta.
- ✓ Recursos: listar los materiales, equipos y talento humano necesarios.
- ✓ Cronograma para el diseño e implementación: definir fechas, actividades y responsables.

Evaluación: definir las formas o métodos de evaluación que permitan comparar la situación previa y la situación posterior.

Elaborado por: nombres de las personas del servicio social, que forman parte del equipo para la construcción de la estrategia IEC.

NOTA: Para mayor información en el proceso de construcción del formato, remitirse al documento “INSTRUCTIVO CONSTRUCCIÓN DE ESTRATEGIAS DE INFORMACIÓN EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA”.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO CRONOGRAMA CAPACITACIÓN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE	Código: FOR-PSS-297 Versión: 0 Fecha: Memo I2019038990 – 09/09/2019 Página: 1 de 1

SUBDIRECCIÓN LOCAL / TÉCNICA: USAQUEN	SERVICIO SOCIAL: SERVICIO INTEGRAL DE BIENESTAR Y CUIDADO PARA PERSONAS MAYORES

FECHA			PROFESIONAL RESPONSABLE	POBLACIÓN OBJETO	TEMA	LUGAR	HORA	DIRECCIÓN
DD	MM	AAAA						
28	2	2022	JOHANA ALVARADO	PERSONA MAYOR	VISUALIZACIONES	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
30	3	2022	JOHANA ALVARADO	PERSONA MAYOR	VISUALIZACIONES Y SENSACIONES	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
28	4	2022	JOHANA ALVARADO	PERSONA MAYOR	ESCUCHEMOS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
27	5	2022	JOHANA ALVARADO	PERSONA MAYOR	ESCUCHANDO ANDO UN ESTILO DE VIDA	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
29	6	2022	JOHANA ALVARADO	PERSONA MAYOR	HISTORIAS DE VIDAS SALUDABLES	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
27	7	2022	JOHANA ALVARADO	PERSONA MAYOR	EXPERIENCIAS SENSORIALES Y ORGANOLEPTICAS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
27	8	2022	JOHANA ALVARADO	PERSONA MAYOR	EXPERIENCIAS SENSORIALES Y ORGANOLEPTICAS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
27	9	2022	SANDRA ROBAYO	PERSONA MAYOR	EXPERIENCIAS SENSORIALES Y ORGANOLEPTICAS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	10:00 a. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
28	10	2022	SANDRA ROBAYO	PERSONA MAYOR	ARMANDO CUENTOS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	3:50 p. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
29	11	2022	SANDRA ROBAYO	PERSONA MAYOR	ARMANDO CUENTOS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	3:50 p. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
30	12	2022	SANDRA ROBAYO	PERSONA MAYOR	ARMANDO CUENTOS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	3:50 p. m.	CARRERA 8 C # 184 - 23
25	1	2023	SANDRA ROBAYO	PERSONA MAYOR	RECONOCIMIENTO CON LOS SENTIDOS	CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL	9:30 a.m.	CARRERA 8 C # 184 - 23