ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 4

1. Servicio: Comunidad de Cuidado — 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: Hogar Francisco y Clara

1.2 Localidad: No Aplica.

2. Linea: Cuerpo y Mente — 2.1. Fecha de Ejecución: 1 / 3 / 2024 al 26 / 3 / 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Me Muevo me Cuido, 2. Gimnasia Ritmica, 3. Caminando con la Naturaleza, 4. Despertando los sentidos, 5. Naturalmente saludable.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Sandra Margarita Pinzón Pinzón, Gustavo Adolfo Valencia Monje, Adriana García Pulido, JanethPatricia Páez Guevara

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores de la comunidad de cuidado Hogar Francisco y Clara actitudes y prácticas seguras de autocuidado, hábitos de vida saludable a través de actividades físicas, de estimulación sensorial, autocuidado, mantenimiento de la salud y alimentación saludable, que favorezca la independencia y bienestar en pro de un envejecimiento activo.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1. Me muevo, me cuido:

-Favorecer en las personas mayores caracterizadas con enfermedades crónicas no transmisibles participantes la tonificación muscular general y mayor control postural a través de la realización dosificada de ejercicio físico, actividades físicas y sensoriomotoras.

Actividad 2. Gimnasia rítmica:

-Mantener y/o potencializar las habilidades básicas y la autonomía en las personas mayores a través de los diferentes movimientos globales y segmentarios en la gimnasia rítmica.

Actividad 3. Caminando con la naturaleza:

-Motivar la práctica de hábitos y estilos de vida saludables, a través de actividades físicas, relajación y reflexión, como lo son las caminatas, aportando en una mejor calidad de vida en las personas mayores.

Actividad 4. Despertando los sentidos:

-Incrementar la conciencia corporal y relajación a través del movimiento consiente de los diferentes segmentos corporales.

Actividad 5. Naturamente saludable:

-Promover en las personas mayores calidad de vida, de acuerdo a sus estilos de vida, independencia e inclusión mediante la proporción del apoyo y acceso a los servicos de salud, para de esta manera participar activamente en la sociedad y disfrutar una vida plena y digna.

3.3. METODOLOGÍA

Actividad 1. Me muevo, me cuido: La actividad se efectuará siguiendo las medidas implementadas en la comunidad de cuidado para la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19, incentivando la higienización de las manos, el uso correcto del tapabocas, el mantenimiento del distanciamiento social y el autocuidado. Se convocará por el parlante institucional y voz a voz a las personas mayores caracterizadas con enfermedades crónicas no transmisibles (Hipertensión arterial, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, diabetes mellitus, etc), a participar en la actividad me muevo, me cuido, teniendo en cuenta su estado de salud, grado de compromiso musculo esquelético, osteo articular, neurológico, gustos e intereses. Se llevarán a cabo las sesiones en el gimnasio de Fisioterapia bajo la orientación y supervisión de la profesional del área, en grupos determinados. Se les explicará a las personas mayores participantes que durante la realización de algunos ejercicios que requieren mayor esfuerzo físico podrán retirarse el tapabocas para tener una mejor oxigenación y disminuir el riesgo de reinhalación de dióxido de carbono.

Actividad 2. Gimnasia rítmica: La actividad será realizada teniendo en cuenta las medidas de autocuidado y bioseguridad en el marco de la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19. Se motivará y convocará a las personas mayores según sus gustos e intereses a participar de las sesiones programadas. Esta actividad se guiará hacia el mantenimiento y/o fortalecimiento del estado físico y cognitivo mediante la realización de ejercicios, movimientos globales y segmentarios.

Actividad 3. Caminando con la naturaleza: Se desarrollará la actividad teniendo presente las medidas de autocuidado y bioseguridad en el marco de la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19. Se motivará y convocará a las personas mayores teniendo en cuenta sus gustos e intereses, y estará dirigida a mantener y/o potencializar el estado físico en general de las personas mayores mediante las caminatas dentro y fuera de la institución.

Actividad 4. Despertando los sentidos: La actividad se llevará a cabo teniendo en cuenta las medidas de autocuidado y bioseguridad en el marco de la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19. Se invitará a las personas mayores a vincularse en las actividades programadas de acuerdo a gustos, intereses y estado de salud, realizándose sesiones de estimulación en el aula sensorial, conformando grupos de acuerdo al espacio disponible.

Actividad 5. Naturalmente saludable: Las actividades se realizarán bajo medidas de autocuidado y bioseguridad en el marco de la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19, mediante el autocuidado, cuidado físico y mental, motivando la participación de las personas mayores en las actividades programadas de acuerdo a las sugerencias dadas o a los estados de salud que se presentan en las mismas, dirigidos al autocuidado. Para ello se efecturán sesiones educativas con las personas mayores en las diversas áreas comunes institucionales, de forma individual o colectiva.

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1. Me muevo, me cuido: Para el mes de marzo de 2024 se programaron 8 sesiones, realizadas los días 01, 05, 08, 12, 15, 18, 19 y 22 respectivamente. Se invitó a las personas mayores caracterizadas con enfermedades crónicas no transmisibles a participar en la actividad, la cual se llevó a cabo en el gimnasio de Fisioterapia en grupos de 10 a 15 personas mayores, explicando la actividad a efectuar teniendo en cuenta necesidades individuales de las personas mayores participantes en la misma.

Actividad 2. Gimnasia rítmica: Para el mes de marzo de 2024 se programaron 10 sesiones los días: 01, 02, 08, 12, 14, 19, 21, 22, 23 y 26. Se inició la actividad alistando música, bafle, mancuernas y balones medicinales de bajo impacto para la parte de mantenimiento y/o fortalecimiento físico, y un espacio libre de humedad; se realizó la invitación por la emisora institucional y persona a persona, reuniéndolos en el patio del fondo y/o central del segundo piso de la institución y se efectuó explicación de la actividad.

Actividad 3. Caminando con la naturaleza: Para el mes de marzo de 2024 se programaron 7 sesiones los dias: 02, 07, 11, 14, 18, 21 y 23. Se dio inicio a la actividad en los días asignados según el cronograma mensual, llevando a cabo la invitación por la emisora institucional y persona a persona, citándolos al lado de la cafetería de la institución si era la caminata corta o en portería si era la caminata larga por fuera de la institución. Se explicó la actividad y el recorrido a realizar para un buen desarrollo de la misma.

	Actividad 4. Despertando los sentidos: Para el mes de marzo de 2024 se programaron 6 sesiones los días: 05, 08, 12, 15, 19 y 22 de acuerdo a cronograma mensual. Se hizo la invitación a las personas mayores a participar en la actividad a través de emisora institucional y voz a voz en los comedores. Se tuvo en cuenta para el ingreso que las personas mayores retiraran el calzado y lo ubicaran en los casilleros, se dio la indicación de acomodarse de acuerdo a la sesión a realizar, de manera que se desarrollara la actividad cómodamente. **Actividad 5. Naturalmente saludable:** Para el mes de marzo de 2024 se programaron 2 sesiones los días: 16 y 23. Se iniciaron las actividades mediante la convocatoria de las personas mayores a través del parlante institucional y voz a voz por parte de los auxiliares de enfermería; así mismo, se realizó alistamiento de los recursos materiales y de los lugares a desarrollarse la actividad, por parte de la enfermera jefe, abordando las temáticas mediante una explicación de forma clara, teniendo presente los enfoques propuestos en el PAI.
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1. Me muevo me Cuido:** Las ocho sesiones realizadas en el mes de marzo de 2024 se llevaron a cabo en el gimnasio de Fisioterapia con la orientación y supervisión de la Fisioterapeuta, en grupos de 10 a 15 personas mayores. Para la ejecución de las mismas se utilizaron aparatos de mecanoterapia y variados elementos tales como: bicicletas estáticas, elípticas, escalador, caminadora, multifuerza, sistema de poleas, balón Bobath, balones de peso, mancuernas, there bands, entre otros; así mismo, se continuó ambientando el área con aceites esenciales y dinamizando la actividad con música variada, así: Sesión del 01 de marzo: Se llevó a cabo ejercicios previos de calentamiento, continuando con ejercicios de tonificación muscular general, ejercicios propioceptivos y de coordinación, finalizando con movilizaciones globales simples. Asistieron 16 personas mayores. Sesión del 05 de marzo: Se efectuaron ejercicios de calentamiento general previos, siguiendo con ejercicios de acondicionamiento físico de baja intensidad alternados con ejercicios respiratorios, terminando con un tiempo de vuelta a la calma. Participaron 22 personas mayores. Sesión del 08 de marzo: Se realizaron ejercicios de calentamiento previos, ejercicios de acondicionamiento físico de bajo impacto, ejercicios respiratorios, finalizando con un tiempo de recuperación y vuelta a la calma. Se vincularon 28 personas mayores. Sesión del 12 de marzo: Se ejecutaron ejercicios previos de calentamiento general, prosiguiendo con ejercicios progresivos cardiovasculares alternados con una adecuada respiración, terminando con un tiempo de vuelta a la calma. Asistieron 27 personas mayores. Sesión del 15 de marzo: Se efectuaron movilizaciones globales ejercicios previos de calentamiento general, ejercicios progresivos cardiovasculares de intensidad moderada y ejercicios respiratorios, finalizando con un tiempo de vuelta a la calma. Asistieron 27 personas mayores. Sesión del 18 de marzo: Se realizaron como calentamiento previo movilizaciones globales simples de segmentos corporales, siguiendo con ejercicios de tonificación muscular de tren superior e inferior, finalizando con un tiempo de recuperación y vuelta a la calma. Participaron 30 personas mayores. Sesión del 19 de marzo: Se llevaron a cabo ejercicios de calentamiento general previos, seguidos de ejercicios de acondicionamiento físico de acuerdo a necesidades específicas individuales de las personas mayores, terminando con un tiempo de recuperación y vuelta a la calma. Se vincularon 14 personas mayores. Sesión del 22 de marzo: Se ejecutaron inicialmente ejercicios de calentamiento; posteriormente, ejercicios de acondicionamiento físico de intensidad moderada alternados con ejercicios respiratorios, finalizando con un tiempo de recuperación y vuelta a la calma. Asistieron 24 personas mayores. **Actividad 2. Gimnasia rítmica:** Las diez sesiones realizadas en el mes de marzo de 2024 se iniciaron con un saludo, continuando con las medidas de autocuidado y bioseguridad en el marco de la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19, siguiendo con el calentamiento articular general y específico, estiramientos, y un mantenimiento y/o fortalecimiento físico trabajando con mancuernas y balones medicinales de bajo impacto, con el fin de mantener y/o fortalecer las habilidades básicas: como la fuerza, la flexibilidad, el caminar, el agarre; así como, la coordinación viso-manual activando todos sus sistemas corporales como el respiratorio, circulatorio, digestivo, en la búsqueda y mantenimiento de la autonomía de las personas mayores en las actividades de la vida diaria y su vinculación en las actividades que ofrecen las diferentes áreas en la institución, generando espacios de esparcimiento y disfrute en las actividades físicas evaluando el estado físico de las personas mayores. Esta actividad se efectuó los días: Sesión del 01 de marzo con la participación de 19 personas mayores. Sesión del 02 de marzo con la participación de 17 personas mayores. Sesión del 08 de marzo con la participación de 13 personas mayores. Sesión del 12 de marzo con la participación de 19 personas mayores. Sesión del 14 de marzo con la participación de 18 personas mayores. Sesión del 19 de marzo con la participación de16 personas mayores. Sesión del 21 de marzo con la participación de 18 personas mayores. Sesión del 22 de marzo con la participación de 17 personas mayores. Sesión del 23 de marzo con la participación de 17 personas mayores Sesión de 26 de marzo con la participación de 19 personas mayores. **Actividad 3. Caminando con la naturaleza:** Las siete sesiones programadas en el mes de marzo de 2024 se efectuaron en las siguientes fechas y temáticas: -Temática de la Caminata Corta: Se realizó al interior de la institución donde se dio inicio con la previa higiene de manos y desinfección con gel antibacterial garantizando el distanciamiento social para la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19, realizando el recorrido dialogando, observando la naturaleza, teniendo en cuenta que las personas mayores siempre se mantuvieran en grupo y no se quedaran atrasados, llevando a cabo pequeños descansos y dando espera a quienes se hubiesen quedado de acuerdo a sus capacidades físicas. Se tomó un breve descanso en la parte alta de la institución, escuchando audios de reflexión y la palabra del día. En el recorrido se estuvo de manera constante motivando a continuar a las personas mayores que se quedaban atrás o que se sentaban por pequeños espacios de tiempo, después del descanso se regresó para llegar a la hora del refrigerio. Esta actividad se desarrolló los días: Sesión del 02 de marzo con 17 personas mayores participantes. Sesión del 07 de marzo con 11 personas mayores participantes, con el apoyo del área de fisioterapia. Sesión del 14 de marzo con 9 personas mayores participantes, con el apoyo del área de fisioterapia. Sesión del 18 de marzo con 13 personas mayores participantes. Sesión del 21 de marzo con 14 personas mayores participantes, con el apoyo del área de fisioterapia. Sesión del 23 de marzo con 22 personas mayores participantes.

	Temática caminata larga: Se realizó la invitación por la emisora institucional y persona a persona, ya que asisten personas mayores con patologías de base cognitivas y de sordomudez, pero con las capacidades físicas para realizar la actividad, citándoles en la portería de la institución teniendo en cuenta los protocolos de seguridad como el distanciamiento social, lavado de manos antes de salir; de igual forma se portan los chalecos reflectivos y paletas de pare y siga para el tráfico según protocolo de salidas recordando que al llegar se debe efectuar el lavado de manos. Se llevó el refrigerio para el descanso. Antes salir se les orientó en las indicaciones para desarrollar la actividad como mantenerse por la orilla en fila india, no adelantarse, y estar pendiente por si hay que parar y esperar a los compañeros que posiblemente se queden atrasados. En el trascurso del recorrido se mantuvieron charlas con las personas mayores más cercanas en ubicación, apreciando los paisajes naturales saludando a las personas del sector, realizando un descanso más o menos a la mitad del recorrido. Se descansó entre 20 a 30 minutos donde se compartió el refrigerio, recogiendo en bolsas los residuos y empaques de los alimentos compartidos, se efectuó el regreso a la institución con el apoyo del área de terapia ocupacional con uno de sus talleristas. Sesión del 11 de marzo, con 20 personas mayores participantes, vía Pasca, con el apoyo del área de terapia ocupacional. **Actividad 4. Despertando los sentidos:** Las seis sesiones llevadas a cabo en el mes de marzo de 2024 contaron con la orientación de la fisioterapeuta y/o terapeuta ocupacional, en cada una de ellas se recibió a las personas mayores con un saludo y se recordaron las pautas básicas para el uso adecuado del salón sensorial, al igual que los beneficios que se obtienen al participar de las sesiones realizadas. Al finalizar cada sesión se ofreció hidratación (agua) a los participantes. Sesión del 05 de marzo: Se realizó ejercitación de conciencia corporal, coordinación, polirritmia, flexibilidad, a través de la danza africana. Participaron 10 personas mayores. Sesión del 08 de marzo: Se llevó a cabo actividad de conciencia corporal a través de danza yoga movilizando de manera fluida segmentos corporales, finalizando con una corta meditación guiada. Se vincularon 10 personas mayores. Sesión del 12 de marzo: Se efectuó actividad de conciencia corporal a través del uso de elementos como tablas de texturas, globos, elementos suspendidos, terminando con ejercicios de respiración. Asistieron 8 personas mayores. Sesión del 15 de marzo: Se realizó actividad de conciencia corporal mediante movimientos conscientes de segmentos corporales, siguiendo diferentes ritmos de música colombiana. Participaron 12 personas mayores. Sesión del 19 de marzo: Se llevó a cabo actividad de conciencia corporal, efectuando movimientos articulares segmentarios y control de la respiración. Se vincularon 3 personas mayores. Sesión del 22 de marzo: Se desarrolló la actividad de conciencia corporal con manejo de la respiración, coordinación motora, secuencia de movimientos y ritmo por medio de rumba aeróbica. Participaron 8 personas mayores. **Actividad 5. Naturalmente saludable:** En el mes de marzo de 2024 se efectuaron dos sesiones educativas con las personas mayores, teniendo como parámetros los definidos en el PAI, estrategia naturalmente saludable, así: Sesión del 16 de marzo: Se realizó socialización con apoyo de la enfermera jefe, con el tema "lavado de manos", actividad que se llevó a cabo con las persona mayores, mediante la exposición de forma clara, incluyendo ejemplos de hábitos que pueden ser adoptados, como son: El lavado de manos, ya que es la técnica de antisepsia más economica, eficaz y sencilla que se puede emplear dentro del ámbito de la salud y en este caso en la institución, con la finalidad de disminuir la incidencia de enfermedades, a través del contagio de las poblaciones microbianas de la comunidad de cuidado. Se vincularon 85 personas mayores de forma individual o colectiva. Sesión del 23 de marzo : Se socializó la temática "Infecciones asociadas a la atención de la salud (IAAS), úlceras por presión (UPP)", Proporcionando a las personas mayores información confiable y específica en cuanto a la prevención de las úlceras por presión, mediante la aplicación de intervenciones seguras en las personas mayores por parte de los profesionales de la salud, con el fin de disminuir su incidencia. Participaron 100 personas mayores de forma colectiva e individual.
3.3.3 MOMENTO FINAL	**Actividad 1. Me muevo, me cuido:** Posterior a la realización de la actividad me muevo, me cuido se efectuó aspersión de amonio cuaternario a 2.000 ppm tanto en los aparatos del gimnasio y elementos empleados,como traje, calzado, entre otros. **Actividad 2. Gimnasia rítmica:** Se terminó la actividad realizando movimientos suaves de vuelta a la calma, invitándolos a continuar vinculándose a la actividad, y se les recordó la importancia de la misma para la buena salud y para el buen desarrollo de las actividades de la vida diaria. Igualmente, se les invitó a participar de las actividades recreativas, culturales y ocupacionales que les ofrece la comunidad de cuidado, finalizando con la despedida; se recogió el material utilizado y se desinfectó con bactidina. **Actividad 3. Caminando con la naturaleza:** Al finalizar las caminatas se realizó el lavado de manos y se dieron las indicaciones para que las personas mayores se ubicaran y recibieran el refrigerio, agradeciéndoles por su participación en la actividad. **Actividad 4. Despertando los sentidos:** Al terminar cada sesión se ofreció a los asistentes hidratación (agua). De igual forma se reiteró la invitación a continuar participando en las actividades que se llevan a cabo en el aula sensorial como parte importante del envejecimiento activo y feliz. **Actividad 5. Naturalmente saludable:** Al finalizar las sesiones se realizaron las respectivas autoevaluación y coevaluación, mediante las cuales cada persona mayor evaluó su propio desempeño y/o el de sus compañeros, fomentando la reflexión y el aprendizaje en conjunto. Se finalizó la actividad, reforzándoles la importancia del autocuidado con el lavado de manos y la adopción de estilos saludables de vida, los cuales disminuyen la presencia de úlceras por presión e infecciones. Posteriormente, se dejó todo el material empleado ordenado, y se les agradeció el participar activamentes en las socializaciones y tambien modificar sus estilos de vida en pro de mantener una vida saludable.

3.4.RECURSOS

Recursos Humanos: Profesionales en Fisioterapia, Educación Física, Terapia Ocupacional, Enfermería y personas mayores.

Recursos físicos: Bicicletas estáticas, elípticas, escaladora, caminadora, pedales eléctricos, multifuerza, sistema de poleas, balones de peso, balón Bobath, mancuernas, there bands, ruedas para hombro, aceites esenciales, parlante, música variada, chalecos reflectivos, paletas de pare y siga, teléfonos con minutos para comunicación en caso de emergencia durante el recorrido, kit de hidratación, refrigerios, aula sensorial, habitaciones, salas de televisión 2° y 3° piso, colchonetas, video beam, elementos suspendidos, zona de opacos, cortina de luz led, texturas, computador, cartulinas pintadas, televisor, papel kraft, folletos.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1. Me muevo, me cuido: En el mes de marzo de 2024 se vincularon en la actividad programada 72 personas mayores caracterizadas con enfermedades crónicas no transisibles, incorporándo la actividad en su diario vivir como parte de la modificación positiva de algunos hábitos de vida, permitiendo el cumplimiento de los objetivos propuestos. Se tendrán en cuenta los valores iniciales de la escala Whodas 2.0 aplicados al inicio del PAI, para establecer los valores iniciales en el dominio movilidad de las personas mayores caracterizadas con enfermedades crónicas no transmisibles que participan en la actividad y poderlos comparar con los valores finales en el dominio movilidad al aplicar nuevamente dicha escala. Se espera que al finalizar el PAI el resultado sea igual o menor al resultado de la escala Whodas 2.0 dominio movilidad aplicada al inicio. Durante el desarrollo de la actividad se continuó restringiendo el ingreso a la misma de algunas personas mayores, debido a condiciones de salud de tipo respiratorio y/o gastrointestinal y a medidas institucionales implementadas para la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19.

Actividad 2. Gimnasia rítmica: En el mes de marzo de 2024 se contó con la participación de 52 personas mayores, manteniendo el promedio proyectado en la meta programada para la actividad, cumpliéndose los objetivos propuestos, teniendo un impacto a nivel físico, ya que las personas mayores encuentran en la actividad la ejercitación corporal y la motivación para mantener sus habilidades básicas y autonomía, fortaleciendo procesos respiratorios, digestivos, y manteniendo activo sus diferentes sistemas corporales. Se tendra encuenta la escala whodas 2.0 dominio 2 (movilidad) aplicada al inicio del PAI en la muestra de personas mayores participantes, según ítems para compararlos al final del PAI y analizar los resultados obtenidos, para así dar respuesta al medio de verificación del logro propuesto en esta actividad.

Actividad 3. Caminando con la naturaleza: Durante el mes de marzo de 2024 participaron 57 personas mayores, logrando mantener el promedio de la meta programada para la actividad, cumpliéndose los objetivos propuestos, teniendo un impacto a nivel físico y cognitivo, ya que la actividad es propicia en lo recreativo en las personas mayores participantes, manteniendo y/o potenciando la autonomía y sus procesos corporales. Se tendrán en cuenta los procesos de las personas mayores vinculadas para al final del PAI aplicar nuevamente la escala whodas 2.0 dominio 2 (movilidad) en una muestra de personas mayores participantes y analizar los resultados obtenidos, para dar así respuesta al medio de verificación del logro propuesto en esta actividad.

Actividad 4. Despertando los sentidos: En el mes de marzo de 2024 se vincularon en la actividad 27 personas mayores. Se evidenció la vinculación de personas mayores nuevas y la permanencia de usuarios que asisten con regularidad, manifestando su agrado e interés por la misma. Como instrumento de evaluación inicial se aplicó el perfil sensorial adolescentes y adultos de Winnie Dunn a una muestra de los participantes en el primer mes de ejecución del PAI.

Actividad 5. Naturalmente saludable: Durante el mes de Marzo del 2024 participaron en la actividad 180 personas mayores. La evaluación de la actividad se evidencia en los seguimientos individuales que elabora enfermería donde hay adherencia a las actividades que están encaminadas al autocuidado y al desarrollo de los planes de cuidado planteados para cada una de las personas mayores.

Clara Inés Molina Baquero
C.C. 35.501.194
Actividad 1

Ana Cecilia Valderrama Velasco
C.C. 29.808.423
Actividad 2

Rafael Prieto
C.C. 3.232.655
Actividad 3

María Audelmira Pinzón Monsalve
C.C. 41.312.981
Actividad 4

Jairo de Jesús Vásquez Muñoz
C.C. 13.879.551
Actividad 5

Fecha de evaluación del encuentro: 26 de marzo de 2024

Nombre del Profesional que evalúa:

Cordinadora comunidad de cuidado: Hna. María Flor Elba Zuluaga Duque. Hna María Flor Elba Zuluaga D

INSTITUTO HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA
COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR FRANCISCO Y CLARA
CONVENIO 7459 – 2021
MARZO 2024

ACTIVIDAD 1. ME MUEVO, ME CUIDO














19 mar 2024 10:20:53 a. m.
Fusagasugá-Cundinamarca


mar 22,2024 10:17:00 a. m.
Fusagasugá-Cundinamarca

ACTIVIDAD 2. GIMNASIA RITMICA









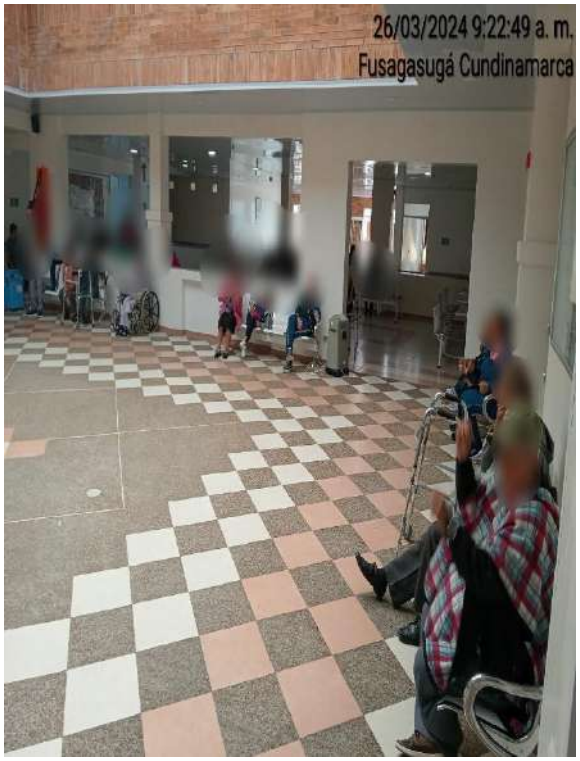





21/03/2024 9:10:33 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


22/03/2024 9:12:18 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


23/03/2024 9:17:33 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


26/03/2024 9:22:49 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca

ACTIVIDAD 3. CAMINANDO CON LA NATURALEZA

Temática Caminata Corta













Temática Caminata Larga



ACTIVIDAD 4. DESPERTANDO LOS SENTIDOS













ACTIVIDAD 5. NATURALMENTE SALUDABLE



