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: 2 5 2024 al 31 5 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, Janeth Patricia 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:
-Realizar ejercicios de percusión corporal con el fin de favorecer la coordinación, concentración, memoria y conciencia corporal de las personas mayores participantes.

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 desarrollarán 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 realizará 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 hará la invitación 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 mayo de 2024 se programaron 8 sesiones, realizadas los días 03, 07, 10, 14, 17, 21, 24 y 28 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 realizar teniendo en cuenta necesidades individuales de las personas mayores vinculadas en la misma.

Actividad 2. Gimnasia rítmica: Durante el mes de mayo de 2024 se programaron 14 sesiones los días: 02, 03, 04, 07, 09, 14, 17, 18, 21, 23, 24, 28, 30 y 31. 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: En el trascurso del mes de mayo de 2024 se programaron 10 sesiones los dias: 02, 04, 06, 09, 16, 18, 20, 23, 27 y 30. Se dio inicio a la actividad en los días asignados según el cronograma mensual, realizando 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 mayo de 2024 se programaron 6 sesiones los días: 07, 10, 14, 17, 21 y 24 de acuerdo a cronograma mensual. Se realizó invitación a las personas mayores a participar en la actividad, empleando como medio de difusión la emisora institucional y a través de voz a voz en los comedores. Para el ingreso de las personas mayores al aula sensorial se tuvieron en cuenta pautas como: retirar calzado y ubicación del mismo en el zapatero, ubicación de manera cómoda, ropa liviana y el no ingreso de comida. **Actividad 5. Naturalmente saludable:** Para el mes de mayo de 2024 se programaron 2 sesiones los días: 04 y 11. Se iniciaron las actividades convocando a 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 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 mayo 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 el desarrollo 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 03 de mayo: Se ejecutaron 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. Asistieron 30 personas mayores. Sesión del 07 de mayo: 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. Participaron 26 personas mayores. Sesión del 10 de mayo: Se efectuaron a cabo 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. Se vincularon 17 personas mayores. Sesión del 14 de mayo: Se llevaron ejercicios previos de calentamiento, continuando con ejercicios de tonificación muscular general, ejercicios propioceptivos y de coordinación, finalizando con movilizaciones globales simples. Se vincularon 25 personas mayores. Sesión del 17 de mayo: Se efectuaron 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. Se vincularon 19 personas mayores. Sesión del 21 de mayo: Se ejecutaron 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 27 personas mayores. Sesión del 24 de mayo: Se realizaron 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 20 personas mayores. Sesión del 28 de mayo: 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 23 personas mayores. **Actividad 2. Gimnasia rítmica:** Para el mes de mayo de 2024 se realizaron catorce sesiones las cuales 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 llevó a cabo los días: Sesión del 02 de mayo con la participación de 20 personas mayores. Sesión del 03 de mayo con la participación de 21 personas mayores. Sesión del 04 de mayo con la participación de 27 personas mayores. Sesión del 07 de mayo con la participación de 28 personas mayores. Sesión del 09 de mayo con la participación de 29 personas mayores. Sesión del 14 de mayo con la participación de 29 personas mayores. Sesión del 17 de mayo con la participación de 17 personas mayores. Sesión del 18 de mayo con la participación de 32 personas mayores. Sesión del 21 de mayo con la participación de 11 personas mayores. Sesión del 23 de mayo con la participación de 20 personas mayores. Sesión del 24 de mayo con la participación de 23 personas mayores. Sesión del 28 de mayo con la participación de 25 personas mayores. Sesión del 30 de mayo con la participación de 23 personas mayores. Sesión del 31 de mayo con la participación de 24 personas mayores. **Actividad 3. Caminando con la naturaleza:** Las diez sesiones programadas en el mes de mayo 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 mayo con 19 personas mayores participantes, con el apoyo de la escuela de enfermería José Vicente Caro. Sesión del 04 de mayo con 30 personas mayores participantes. Sesión del 09 de mayo con 11 personas mayores participantes, con el apoyo del área de fisioterapia. Sesión del 16 de mayo con 12 personas mayores participantes, realizada por el área de fisioterapia.

Sesión del 18 de mayo con 23 personas mayores participantes.

Sesión del 23 de mayo con 18 personas mayores participantes, con el apoyo del área de fisioterapia y estudiantes de la escuela de enfermería José Vicente Caro.

Sesión del 30 de mayo con 16 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 06 de mayo, con 16 personas mayores participantes, vía Pasca, con el apoyo del área de terapia ocupacional.

Sesión del 20 de mayo con 16 personas mayores participantes, vía Fusagasugá, con el apoyo del área de terapia ocupacional.

Sesión del 27 de mayo con 17 personas mayores participantes, vía Pasca, con el apoyo del área de terapia ocupacional.

Actividad 4. Despertando los sentidos: Las seis sesiones realizadas en el mes de mayo 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 e indicaciones para el desarrollo de las mismas.

Sesión del 07 de mayo: Se llevó a cabo actividad de percusión corporal utilizando el cuerpo como instrumento rítmico, favoreciendo la coordinación, concentración, memoria y conciencia corporal. Participaron 12 personas mayores.

Sesión del 10 de mayo: Se efectuó actividad de percusión corporal favoreciendo el desarrollo del sentido rítmico. Asistieron 12 personas mayores.

Sesión del 14 de mayo: Se realizó actividad de percusión corporal marcando ritmo, cadencias, intensidad, movimientos coordinados, secuenciación, empleando los diferentes segmentos corporales. Se vincularon 12 personas mayores.

Sesión del 17 de mayo: Se ejecutó actividad de percusión, ritmo, movimiento, libre expresión empleando música instrumental, siguiendo diversas melodías. Participaron 11 personas mayores.

Sesión del 21 de mayo: Se llevó a cabo actividad de percusión corporal, através de ejercicios de conciencia y expresión corporal de manera espontánea, motivando a los asistentes a realizar movimientos coordinados, rítmicos de acuerdo a la percepción individual. Asistieron 5 personas mayores.

Sesión del 24 de mayo: Se desarrolló sesión de percusión corporal, secuencia y ritmo musical, coordinación ojo mano y patrones integrales. Se vincularon 14 personas mayores.

Actividad 5. Naturalmente saludable: En el mes de mayo 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 4 de mayo: Se realizó socialización con apoyo de la enfermera jefe, con el tema " importancia a la adherencia del tratamiento farmacologico", exlicándoles de manera sencilla la definición basada en la propuesta por Haynes año 1976, resaltando que la adherencia requiere el consentimiento de la persona mayor con las recomendaciones recibidas, y expresa una colaboración activa entre el medico y la persona mayor en la toma de decisiones que afectan su propia salud. Así mismo, Se explicó a las personas mayores participantes la importancia de tomar el tratamiento farmacologico de acuerdo a lo establecido en la fórmula mdica. Se vincularon 136 personas mayores´.

Sesión del 11 de mayo: Se socializó la temática " Salud y Bienestar". Contando con el apoyo de la enfermera jefe, se les socializó a las personas mayores la importancia de la corresponsabilidad en el autocuidado, lo cual contribuye a prevenir enfermedades crónicas o asegurar su detección temprana, promoviendo la adopción de hábitos saludables de vida, conductas que mejoren la capacidad funcional asegurando la dignidad de las personas mayores y la eliminación de las barreras a la participación, trayendo a la memoria imágenes reconocidas como de siggnos de bienestar. (tomar alimentos adecuados, buen dormir, descanso, convivencia armónica con pares, acceso al servicio médico y oportuna atención en salud). Se vincularon 146 personas mayores.

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, reforzando a las personas mayores la importancia de la toma de los medicamentos formulados por el medico tratante, el seguimiento a indicaciones y recomendaciones, el hacerse participe de su autocuidado, la adopción de hábitos saludables de vida, el impacto en su bienestar y salud de acuerdo al proceso propio de envejecimiento, lo cual se ve reflejado en estados de salud, sin urgencia.

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, Salón de audiovisuales 3° piso, salas de televisión 2° y 3° piso, 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 mayo de 2024 se vincularon en la actividad programada 78 personas mayores caracterizadas con enfermedades crónicas no transisibles, favoreciendo en las personas mayores vinculadas en la actividad tonificación muscular general, mayor control corporal, mayor estabilidad en la marcha, cambios positivos 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: Durante el mes de mayo de 2024 se contó con la participación de 75 personas mayores, así se mantuvo 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 realizó toma de datos de la escala whodas 2.0 dominio movilidad para comparar con los datos octenidos en esta misma escala y dominio al inicio del PAI en una muestra de las personas mayores participantes, analizando los resultados obtenidos, observado que las personas mayores mantiene sus capacidades básicas en mobilidad (agarre, resección, lanzamiento, ubicación espacial), mateniendo su flexibilidad, resistencia al tiempo de la actividad y socialización con sus pares, aportando en a una buena armonia institucional.

Actividad 3. Caminando con la naturaleza: En el transcurso del mes de mayo de 2024 participaron 61 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. Al gual que al inicio del PAI se toma los datos de la escala whodas 2.0 dominio movilidad, para realizar un paralelo con los datos octenidos en esta misma escala y dominio al inicio del PAI con una muestra de las personas mayores que se vincularon en la actividad, y al analizando los resultados, observamos que las personas mayores mantiene sus capacidades básicas en mobilidad, resistencia al tiempo d ela actividad y socialización con sus pares, conyevando a una armonia institucional.

Actividad 4. Despertando los sentidos: Durante el mes de mayo de 2024 participaron en la actividad despertando los sentidos 32 personas mayores. Se logró la vinculación de personas mayores que han ingresado en este mes a la comunidad de cuidado. Como instrumento de evaluación se aplicó el perfil sensorial adolescentes y adultos de Winnie Dunn a una muestra de 10 participantes para finalizar la ejecución del PAI.

Actividad 5. Naturalmente saludable: Durante el mes de mayo de 2024 participaron en la actividad 190 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.

El 29 de mayo de 2024 en el patio central del segundo piso de la comunidad de cuidado y siguiendo las medidas implementadas para la prevención, promoción y conservación de la salud con ocasión de infecciones respiratorias, incluidas las originadas por Covid-19, se llevó a cabo de manera proactiva con las personas mayores la evaluación de cada una de las actividades realizadas en la línea de atención cuerpo y mente, en un espacio que permitió la retroalimentación y expresión libre de opiniones acerca de la ejecución, metodología e impacto en su bienestar integral de las mismas. Las personas mayores participantes manifestaron el gusto por las diferentes actividades ejecutadas, su interés en continuar participando en las mismas, el mantener las actividades del PAI vigente; así mismo, agradecieron y resaltaron la importancia en su bienestar físico, mental, emocional y calidad de vida por medio de dichas actividades.

Nubia Alicia Calderón Piracón.
C.C. 51.553.258
Actividad 1

Elkin Darío Camargo
C.C. 8.695.206
Actividad 2

Alvaro Prada Giraldo
C.C.19.095.065
Actividad 3

María Audelmira Pinzón Monsalve
C.C. 41.312.981
Actividad 4

Ana Beatriz Moreno Roa
C.C. 41.510.046
Actividad 5

Fecha de evaluación del encuentro: 31 de mayo 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
MAYO 2024

ACTIVIDAD 1. ME MUEVO, ME CUIDO














24 may 2024 10:40:36 a. m.
Fusagasugá-Cundinamarca


28 may 2024 10:27:00 a. m.
Fusagasugá-Cundinamarca

ACTIVIDAD 2. GIMNASIA RITMICA














17/05/2024 9:12:52 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


18/05/2024 9:34:57 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


21/05/2024 9:14:22 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


23/05/2024 9:04:10 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


24/05/2024 9:02:35 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


28/05/2024 9:10:49 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


30/05/2024 9:10:14 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


31/05/2024 9:23:32 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





EVALUACION ACTIVIDADES LINEA DE ATENCION CUERPO Y MENTE







