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	Código: FOR-PSS-XXX Versión: Fecha: Página: 1 de 1

DOCUMENTO NO CONTROLADO

1. Unidad Operativa: Comunidad de Cuidado Hogar San José Saramita
2. Componente: Componente de Atención Integral para el Desarrollo Humano
3 Eje de Atención: Cuidado Integral
3.1 Línea de Atención: Cuerpo y Mente
4. Nombre de la actividad: Reconociéndome con Alegría

5. Fecha de ejecución

9	11	2021	al	24	11	2021

6. Profesional a cargo de la actividad

MARYAN LIZETH ESCOBAR ACOSTA
Fisioterapeuta

7. OBJETIVO GENERAL

Mejorar las capacidades físicas de las personas mayores atravesé de las actividades estructuradas y sistematizadas que involucren el movimiento corporal humano como estrategia preventiva funcional

7.1 . OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Implementar estrategias que permitan la integración y participación de las personas mayores
- Incorporar herramientas didácticas de aprendizaje y concientización
- Promover el envejecimiento activo mediante la conservación de habilidades físicas

8. PLANEACION

Estas actividades son programadas para ser ejecutadas a lo largo del mes de noviembre con las personas mayores que lo requieran en compañía del área de enfermería. Durante este mes se proyecta realizar actividades grupales de fomentar hábitos de vida saludable. Se dará inicio a la actividad con el saludo, luego de esto se explicará la actividad que se ejecutará dando las pautas y dando la acotación sobre las medidas de bioseguridad (uso de tapabocas - distanciamiento - lavado de manos) que debemos mantener durante la realización de la actividad, se retornará a la calma, agradeciendo por la participación y se extenderá la invitación para las siguientes actividades programadas. Para evaluar la actividad programada se tendrá en cuenta el siguiente criterio cualitativo: participación, la integración y la respuesta emocional de cada persona mayor.

9. DESARROLLO

09/11/2021: Se realiza la actividad en áreas comunes del hogar, se dio inicio a la actividad a las 14:00 pm donde se trabajó lubricación de piel, movilización de segmentos corporales y estiramiento de cadenas musculares de miembros inferiores, se realizó concientización de la importancia de lubricar la piel constantemente al igual que realizar actividad física diariamente con el fin de proporcionar nutrientes tanto para el tejido muscular como para el tejido articular, se finaliza la actividad a las 15:00 pm dando los agradecimientos por la participación y disposición en la sesión.

11/11/2021: En compañía del auxiliar de enfermería se informó a las personas mayores que se realizaría caminata a los alrededores del hogar, abriendo la convocatoria a quienes deseaban participar de la actividad se les solicito ubicarse en una fila al frente de la lavandería, se les solicito utilizar gorro o sombrero para protegerse del sol, el auxiliar de enfermería recibió el refrigerio de las personas mayores para ser consumido durante la caminata, se realiza aplicación de bloqueador solar a cada uno de los participantes al igual que el cambio de tapabocas, antes de dar inicio a la caminata se dan las pautas necesarias para el desarrollo adecuado de la actividad como lo son: caminar al mismo paso del grupo, no alejarse de la vista de la profesional o auxiliar de enfermería, seguir instrucciones e indicaciones, no entrar a tiendas sin el consentimiento de la profesional, después de estos se procede a salir de la institución, se realiza caminata hasta zona común de barrio aledaño donde se realiza el compartir con el refrigerio de la institución, se les indica regresar al hogar con el mismo orden, a la entrada del hogar el guarda de seguridad realiza aspersión con alcohol para dar ingreso a las personas mayores, se finalizó la actividad a las 15:00 pm con el agradecimientos por la participación a la actividad se les reitera la importancia de la ejecución de actividad física constante, se extiende la invitación a las personas mayores de participar de las demás sesiones programadas.

24/11/2021: Se realizó convocatoria a las personas mayores en el Salón de Terapia ocupacional para la ejecución de la actividad a las 10:30 am, continuado a esto se realizaron los traslados de las personas mayores que lo requerían, se organizan a los participantes ya en el espacio destinado para la actividad se llevó a cabo el saludo y la bienvenida por parte de la profesional a todos los participantes, se reiteraron las medidas de bioseguridad para tener en cuenta durante la realización de la temática, se dio a conocer el objetivo de la actividad y las pautas para el desarrollo adecuado de la misma. Se realiza introducción al tema el cual fue Anatomía pulmonar y EPOC, mediante la utilización de una presentación de diapositivas, se realiza explicación mediante gráficos e imágenes didácticas, se utilizan varias herramientas como globos para dinamizar la explicación, se abrió espacio para resolver preguntas en relación a la temática manejada, luego de ello se realiza entrega de material para ejercicio de capacidad aeróbica (pitillos, globos, velas) en los cuales se trabajó tanto capacidad inspiratoria como capacidad espiratoria. Se finaliza la actividad a las 11:40 am dando los agradecimientos por la participación activa, la disposición en la sesión y por la atención brindada.

10. EVALUACION

Las personas mayores que participaron activamente de la temática programada, ha recibido gran acogida por los usuarios, se observan receptivos y colaboradores con el talento humano, los temas manejados fueron de gran interés, se ha evidenciado al trascurso de los días mejor respuesta emocional, mayor participación en las jornadas, no se han presentado novedades o dificultades para realizar la actividad. Durante las 03 jornadas realizadas se evidencio alta participación, en la fecha de 09/11/2021 se contó con la participación de 11 personas mayores, en la siguiente fecha 11/11/2021 se integraron a la caminata 16 personas mayores y a la explicación de la fecha del 24/11/2021 participaron 19 usuarios, teniendo una totalidad de 46 asistencias.

11. RECURSOS

Proyector	Profesional en el área de Fisioterapeuta
Computador	Auxiliares del área de Enfermería
Guantes	
Crema Hidratante	
sillas de plástico	
Globos	
Pitillos	

12. EVIDENCIAS

En conjunto a este documento se envía anexo de registro fotográfico de las jornadas ejecutadas durante el mes con marca de agua (fecha, hora y lugar).

Maryan Lizeth Escobar.	A. Elia Mendoza
MARYAN LIZETH ESCOBAR ACOSTA	HNA. ELIA EDIT MENDOZA AVILEZ
13. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato	14. Nombre y firma del Coordinador

JOSE RICARDO ENCIZO
LUZ EMILIA LOPERA
No Firma. ALEJANDRO MORENO MARIÑO
15. Nombre y firma personas mayores

REGISTRO FOTOGRAFICO








jueves, 11 de noviembre de 2021 14:35:04
4.3286N 74.3811W
La Serena, Fusagasugá 252212
Colombia
Hogar San José Saramita


Hogar San José Saramita


jueves, 11 de noviembre de 2021 15:47:27
403286N 74.393W
Fusagasugá, Fusagasugá 252212
Colombia
Hogar San José Saramita


miércoles, 24 de noviembre de 2021 11:01:14
4.3285N 74.3813W
Fusagasugá, Fusagasugá 252212
Colombia
Hogar San José Saramita


24 nov. 2021 11:12:26 a. m.
39 Avenida Calle 22
Fusagasugá, Fusagasugá 252212
Colombia


miércoles, 24 de noviembre de 2021 11:37:51
4.3285N 74.3814W
Fusagasugá, Fusagasugá 252212
Colombia
Hogar San José Saramita