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

12	1	2022	al	24	1	2022

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 elementos didácticos que permitan dinamizar la realización de actividad física
- 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 enero con las personas mayores que lo requieran. 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

12/01/2022: Se realizó la convocatoria a todas las personas mayores mediante el parlante, se les indico acercarse a la capa de San Enrique, se dio inicio a la actividad a las 10:30 am 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 entrega de las pelotas de plastico a todos los participantes, se dio inicio a la actividad con el calentamiento de segmentos corporales, se procede con la actividad central utilizando la pelota como medio para trabajar coordinación visomanual, se finaliza la actividad a las 11:30 am dando los agradecimientos por la participación y disposición en la sesión trabajada.

18/01/2022: Se convocó a las personas mayores a la sala de televisión para la ejecución de la actividad a las 14:00 pm se realizaron los traslados de las personas mayores que lo requerían en compañía del auxiliar de terapia ocupacional, 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, luego de ello se entregó del material requerido para la ejecución de la actividad, se entregaron bastones de madera a cada uno de los participantes, se realizaron movilizaciones mediante comandos verbales y visuales dirigidos por la profesional, continuado a esto se realizó entrega de los aros pequeños con los cuales tenían que seguir la directriz de ubicar el aro dentro del bastón de madera, se realizó demostración de cómo girar para lograr mover el aro al rededor del bastón, se realiza apoyo a personas mayores que lo requirieron, se procede a entregar bandas elásticas a cada una de las personas mayores para trabajar flexibilidad se finaliza la sesión a las 15:00 pm se realiza recolección de los implementos utilizados, se acompaña el traslado de las personas mayores que lo requirieron a la zona del comedor.

24/01/2022: Se realizó convocatoria a las personas mayores en la sala de television para la ejecución de la actividad a las 02:00 pm, 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 la continuidad de el EPOC realizando en esta sesion actividad practica, dando pautas adeuadas de respiracion, luego de ello se realiza entrega de pitillos y burbujeros con los cuales se trabajó tanto capacidad inspiratoria como capacidad espiratoria. Se finaliza la actividad a las 03:00 pm 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 012/01/2022 se contó con la participación de 17 personas mayores, en la siguiente fecha 18/01/2022 se integraron 23 personas mayores y a la clase pulmonar de la fecha del 24/01/2022 participaron 21 usuarios, teniendo una totalidad de 61 asistencias.

11. RECURSOS

sillas de plástico
Pitillos
Burbujeros
Bandas Elasticas
Aros
Pelotas
rofesional en el área de Fisioterapeuta

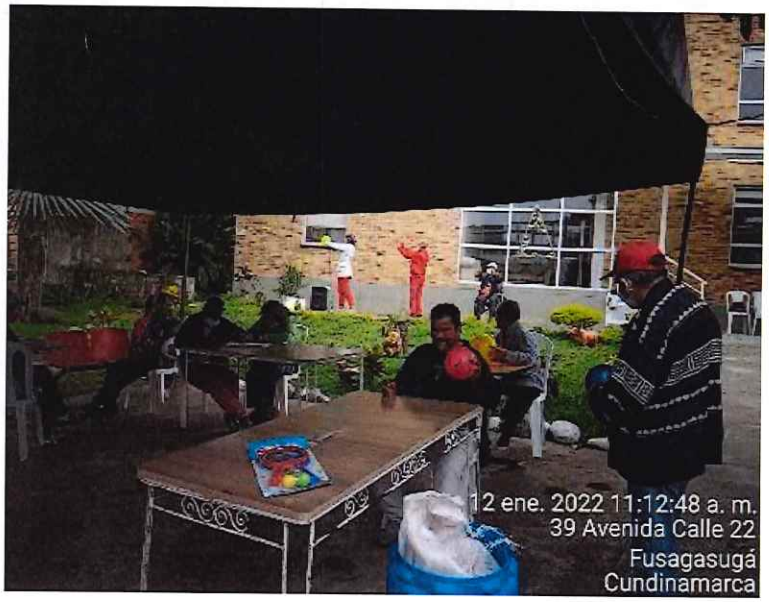
12. EVIDENCIAS
En conjunto a este documento se envía anexo de registro fotográfico de las jornadas ejecutadas durante el mes con marca de agua (fecha, hora y lugar).

MARYAN LIZETH ESCOBAR ACOSTA	HNA. ELIA EDIT MENDOZA AVILEZ
13. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato	14. Nombre y firma del Coordinador

MARIA MARLEN SANCHEZ
EDGAR OMAR GOEZ
LUIS ALVAREZ
15. Nombre y firma personas mayores

REGISTRO FOTOGRAFICO








18 ene. 2022 2:28:39 p. m.
39 Avenida Calle 22
Fusagasugá
Cundinamarca


18 ene. 2022 2:28:57 p. m.
39 Avenida Calle 22
Fusagasuga
Cundinamarca


18 ene. 2022 2:49:18 p. m.
39 Avenida Calle 22
Fusagasugá
Cundinamarca


24 ene. 2022 2:37:07 p. m.
39 Avenida Calle 22
Fusagasugá
Cundinamarca


24 ene. 2022 2:37:24 p. m.
39 Avenida Calle 22
Fusagasugá
Cundinamarca


24 ene. 2022 2:48:51 p. m.
39 Avenida Calle 22
Fusagasugá
Cundinamarca