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 JOSE SARAMITA

2. Componente: NUTRICION Y SALUBRIDAD

3 Eje de Atención: CUERPO Y MENTE

3.1 Línea de Atención: ESTRATEGIA IEC

4. Nombre de la actividad: RESPETO MI DIETA

5. Fecha de ejecución: 20 | 5 | 2022 al 20 | 5 | 2022

6. Profesional a cargo de la actividad: GIOVANNA RAMIREZ RIOS

1. OBJETIVO GENERAL

Dar a conocer las razones por las cuales es importante respetar,la dieta que cada integrante de la comunidad de cuidado tiene asignada

1.1 . OBJETIVOS ESPECIFICOS

Socializar las bases de la alimentacion saludable y su relacion con el proceso de envejecimiento
Socializar la importancia de respetar su dieta asignada

2. PLANEACION

Se realiza planeación de una actividad ludica, presentación, bienvenida e introducción, posteriormente se llevará a cabo una actividad rompe hielo con apoyo del área de fisioterapia, se realizará la aplicación del pretest, se realizará el desarrollo de la actividad, en donde se haran diferentes ejercicios prácticos. Se retroalimentarán los conceptos expuestos y se aplicará el post test, evaluación y compromiso.

3. DESARROLLO

Se realiza actividad de Información, Educación y Comunicación sobre el respeto que cada uno debe tener para con su dieta para que los integrantes comprendan que las modificaciones alimentarias que se realizan dentro de la institución son de vital importancia para garantizar la mejora del estado nutricional y el control de las diferentes patologías, por lo anterior es importante hacerle ver a los participantes la relación que tienen cada una de las dietas con su estado nutricional y sus patologías asociadas. Tal y como se describe en la planeación se realizo la actividad rompe hielo en donde se evidencia participación activa de las personas mayores, se realizo pre-test, una vez terminado esto, se dio inicio a la charla explicando que parte de esa politica de envejecimiento activo y participativo la cual propende por procurar que sean independientes y poder ser parte de ... y ser valioso en... un grupo, es clave entender que, que tanto se mueve afecta el estado nutricional. Es decir actividad fisica y alimentación saludable van muy de la mano. Se explica que el sistema digestivo también se envejece, y todo lo que esto implica a nivel de sabores y de evacuación gastrica. Se explica que es importante comer de todos los grupos de alimentos, en este punto se muestra el plato saludable y se enseña que deberia llevar un plato saludable y se explica como funciona la minuta patron y los ciclos de menus que encuentran publicados en la cartelera. Una vez abordado esto se continua con la presentación, indicando que no se deben hacer restricciones innecesarias y que es muy importante consumir los nutrientes críticos: proteina, calcio, vit D, etc. Asi mismo se explican las razones por las cuales se presentan las diferentes afecciones gastrointestinales, que los suplementos nutricionales no reemplazan las comidas principales y las consecuencias de no hacer actividad fisica. Posteriormente se utilizó el dinamometro para mostrarles a ellos como funciona y reforzar aun mas la necesidad de consumir sus alimentos y evitar los desperdicios. Para finalizar se realiza una actividad a modo de pos test en la que se utiliza un plato y se dan unas ayudas audiovisuales para que en grupo las recorten y armen el plato saludable y asi poder reforzar aun mas la alimentación saludable, se da por terminada la actividad.

4. EVALUACIÓN

Se realiza post-test en donde se ve reflejado que los asistentes entienden como se organiza un plato saludable y asi garantizar habitos alimentarios adecuados

5. RECURSOS

Hojas, presentación power point, esferos, platos saludables, tijeras, pegante, dinamometro, computador, video beam,

6. EVIDENCIAS

Se anexa registro fotografico con marca de agua (Fecha, hora y ubicación), planilla de asistencia y formatos de pretest y postest

GIOVANNA RAMIREZ RIOS
7. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato

HNA. ELIA EDIT MENDOZA AVILEZ
8. Nombre y firma del Coordinador

Eva Bejarano
MARTHA CASAQUENAS
EVA MARIA BEJARANO
LUIS HERNANDEZ MONRROY
9. Nombre y firma personas mayores

Escaneado con CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO ESTRATEGIA IEC PERSONA MAYOR
MAYO 2022






20 may. 2022 2:57:11 p. m.
#Hogar San José Saramita


20 may. 2022 2:57:14 p. m.
#Hogar San José Saramita

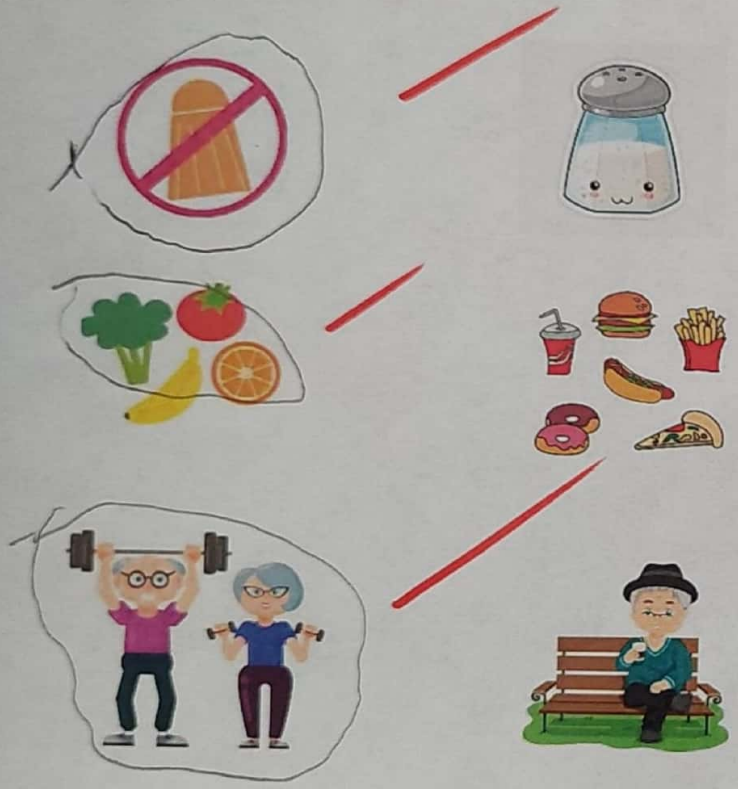
PRE TEST

Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Luis Eduardo Hernandez Moreno FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Napoleon Perez FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES

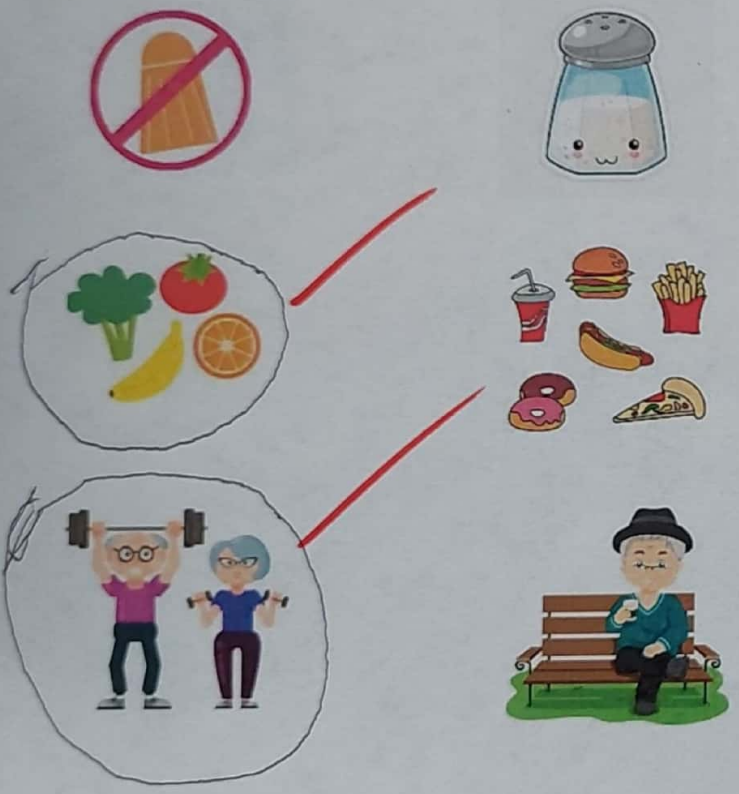


Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Gloria Bohorques FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Pedro Buenos FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES

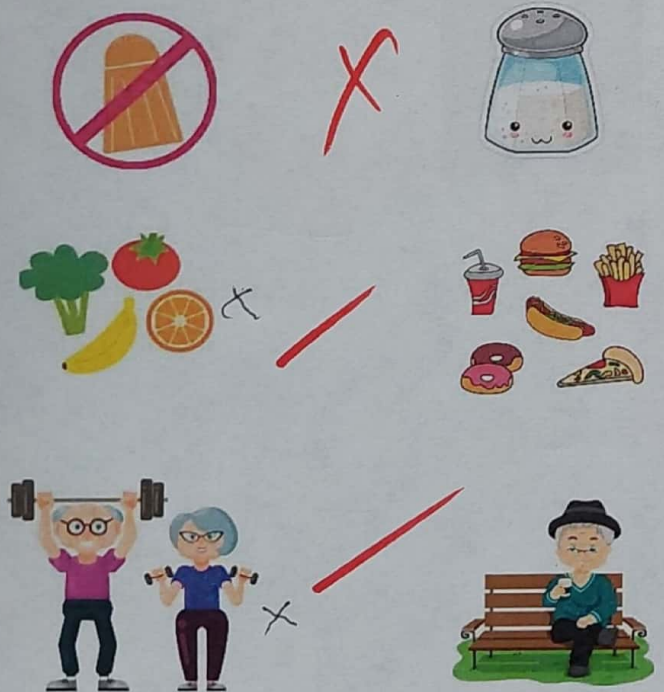


Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Martha Casasbuenas FECHA 20/05/2022

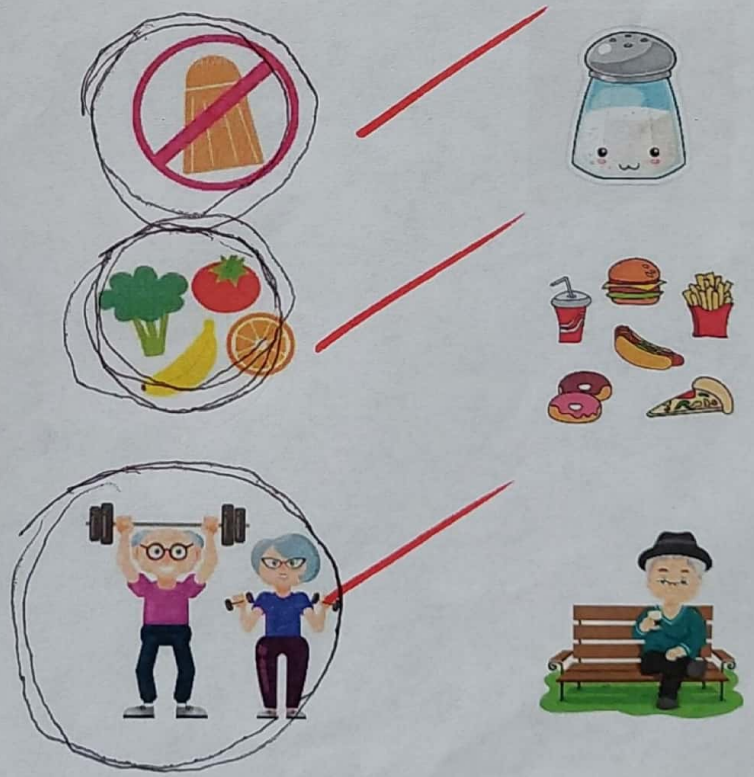
SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Adhoriano Dans FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Luis Alvares FECHA 20/05/2022

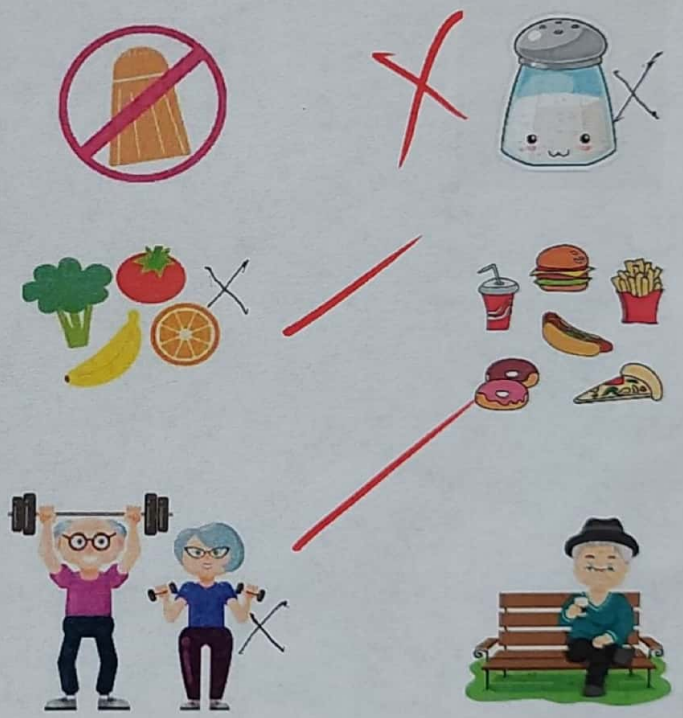
SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Omar Alvares FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES

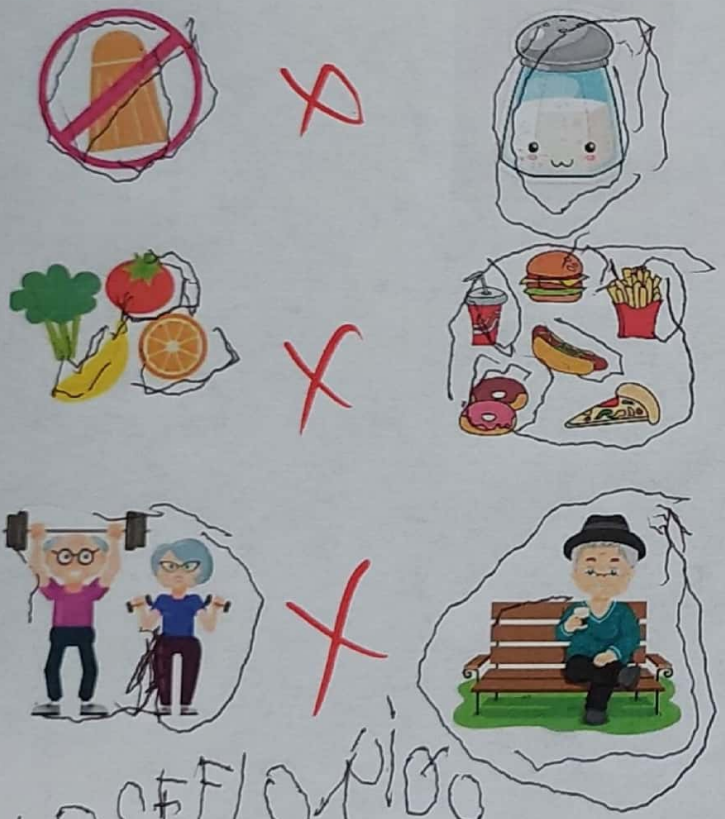


Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



JOSEFLOPIOO

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Amalilda Antezos FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Jose Castillo FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



HOGAR SAN JOSE SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC POBLACIÓN PERSONA MAYOR
PRE TEST

NOMBRE Pedro FECHA 20/05/2022

SEÑALE LAS PRACTICAS ADECUADAS PARA EVITAR ENFERMEDADES



Escaneado con CamScanner

POS TEST

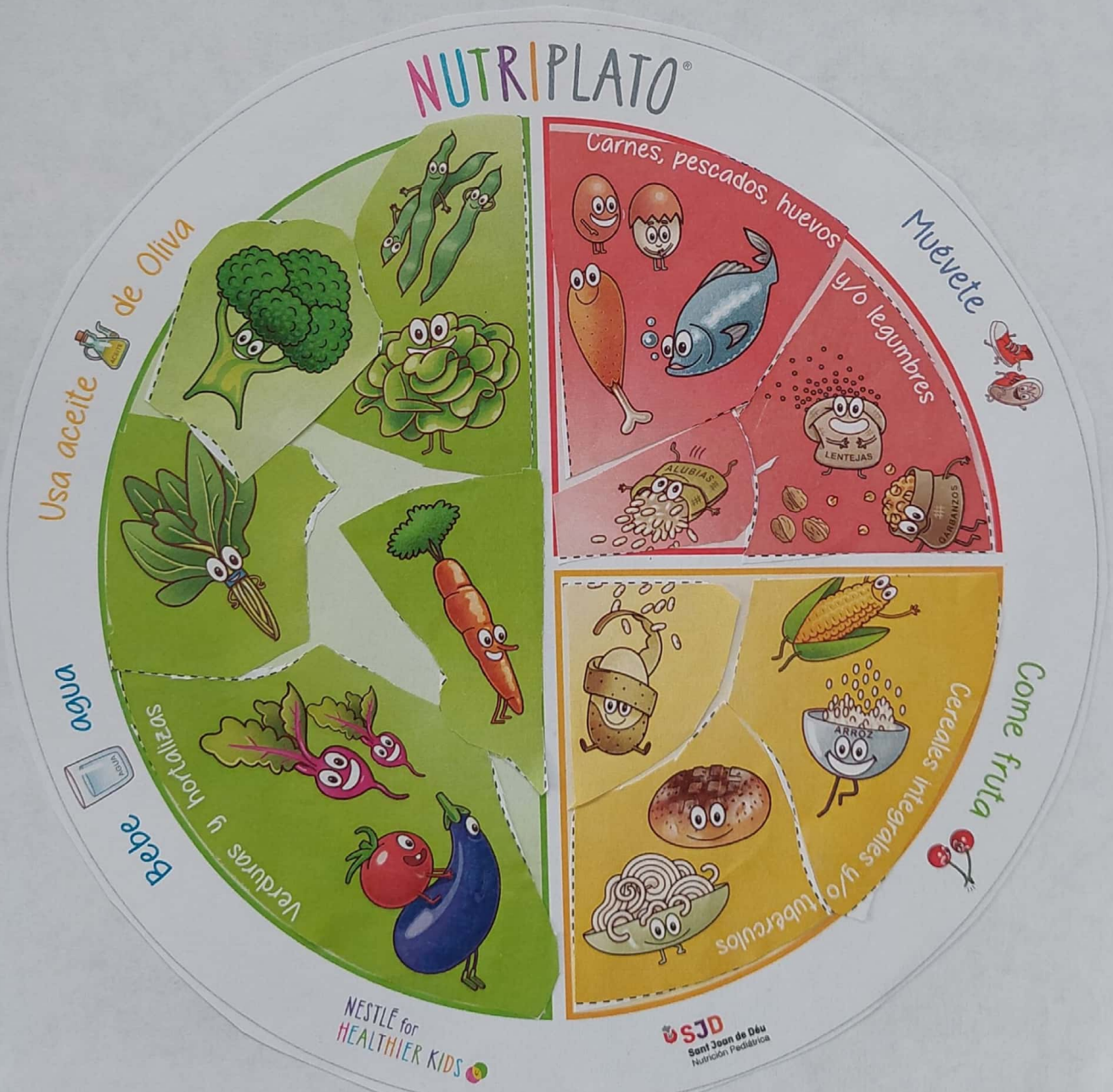
Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSÉ SARAMITA
FUSAGASUGA
IEC - POBLACIÓN PERSONA MAYOR.
POS - TEST

NOMBRES:

teresa
pedro
jorge montoña
luis albares
otoniano.
Martha Patricia!

FECHA: 20/05/2022



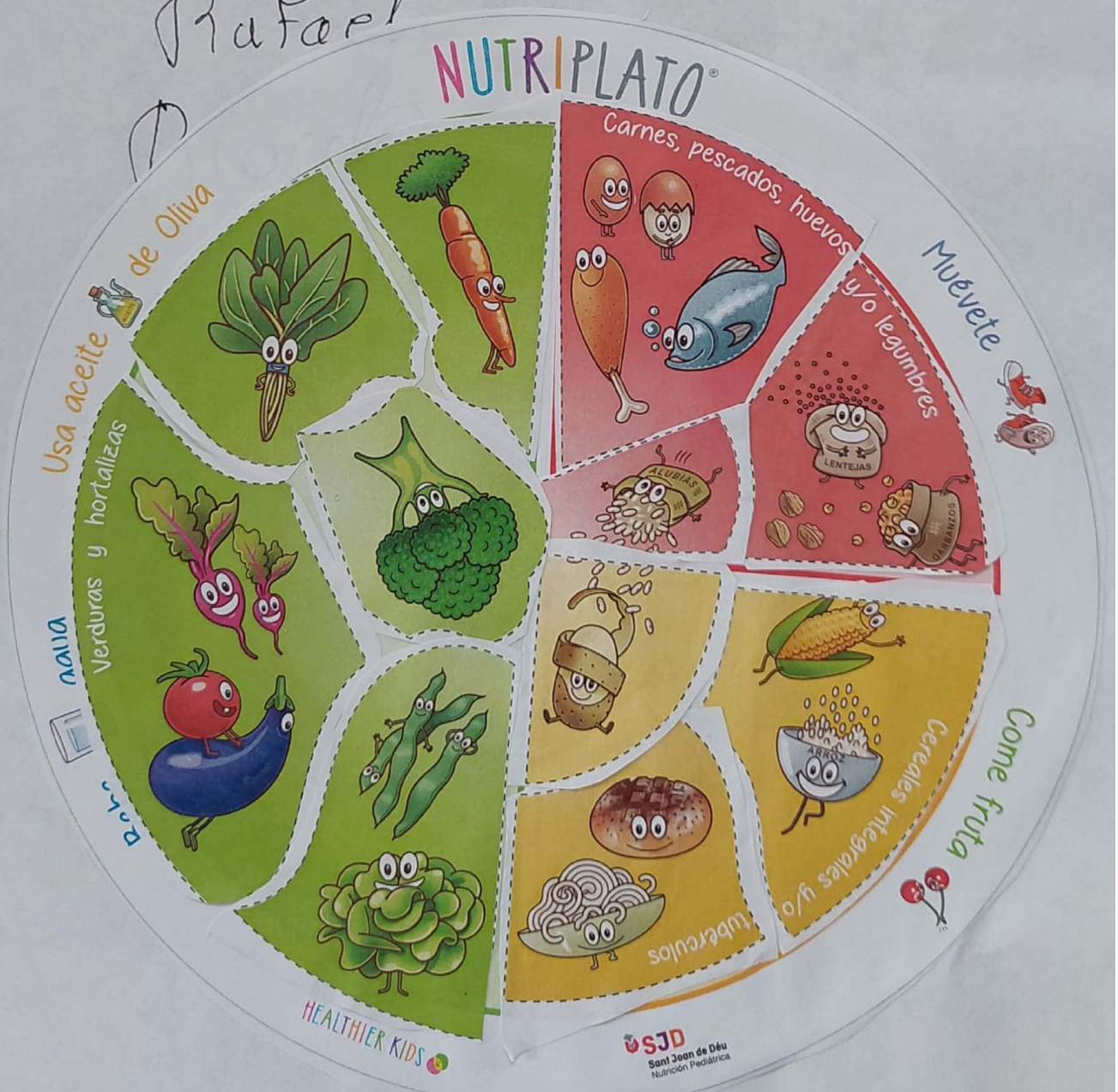
Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSÉ SARAMITA
FUSAGASUGÁ
IEC - POBLACIÓN PERSONA MAYOR
POS - TEST

NOMBRES:

FECHA: 20/05/2022

Gloria Bohorguez
Omar Ricardo
Rafael
Rafael

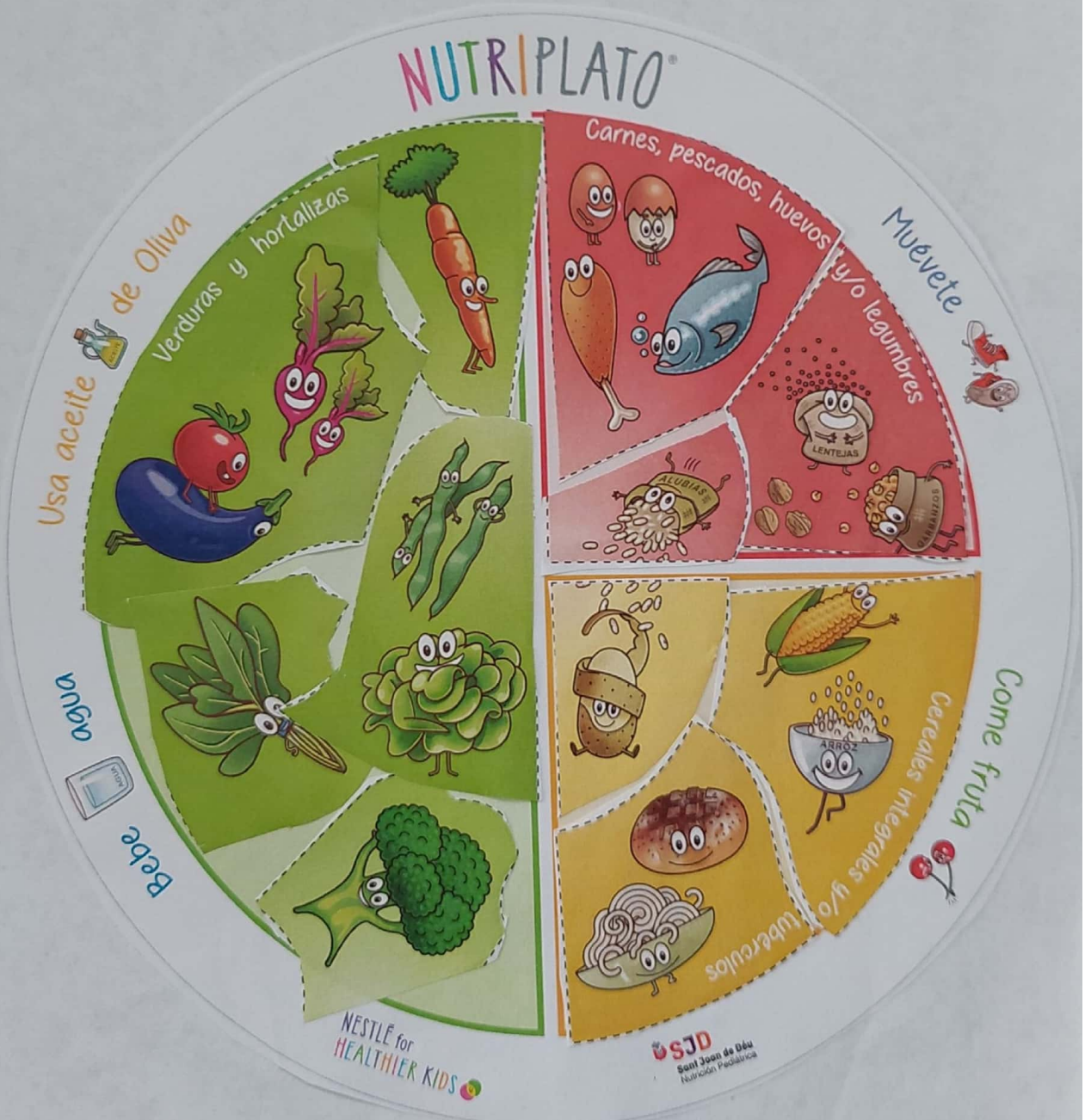


Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSÉ SARAMITA
FUSAGASUGÁ
IEC - POBLACIÓN PERSONA MAYOR
POS - TEST

NOMBRES: NAPOLEON
EUGENIO
JOSUE CASTILLO
VICTOR TORRES.

FECHA: 20/05/2022



Escaneado con CamScanner

HOGAR SAN JOSÉ SARAMITA
FUSAGASUGÁ
EC- POBLACIÓN PERSONA MAYOR
POS - TEST

NOMBRES:

FECHA: 20/05/2022

Yolanda Palacios Lyja Martines
Jesus Merchan
Ana Peres
Eva Bejarano
Elvira Rodrigues
Lyja Marti..
Jesus..
EV



Escaneado con CamScanner