ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTA 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 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio Comunidad de Cuidado .1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar San José Sasaima

1.2 Localidad: _____

2. Linea: Cuerpo y Mente

2.1. Fecha de Ejecución:

1	5	2023	al	31	5	2023

2.2. Nombre del encuentro: Caminando Sin Límites

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Claudia Patricia Rodriguez V

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Crear estrategias de vinculación y sensibilización frente a la toma de conciencia del cuidado de la salud mediante la adopción de hábitos, estilos de vida saludable, educación alimentaria/nutricional, importancia de la ejecución de las actividades de la vida diaria, básicas cotidianas, y procesos psicológicos saludables a través de la vinculación en actividades de envejecimiento activo enfocado a ejercicios dirigidos activos libres de la estructura corporal y tips de prevención de enfermedades en las personas mayores del hogar san José Sasaima, para el mantenimiento de las capacidades, habilidades motoras, emocionales y cognitivas.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Proporcionar bienestar físico y emocional a los participantes a través del desarrollo de actividades lúdicas, recreativas y físicas.
2. Fomentar espacios de bienestar que permitan la conservación de la habilidad residual acorde al proceso de envejecimiento
3. Favorecer la oxigenación de los tejidos mediante el cambio de posición

3.3. METODOLOGÍA

Durante el mes de Mayo se proyecta desarrollar 6 actividades denominadas "Caminando Sin Limites", en los dias 04, 10, 16, 18, 24, y 30 del mes vinculando las personas mayores que presentan algùn tipo de alteraciòn fisica que comprometa la realizaciòn del patròn de marcha de manera independiente.
Como medio alternativo es realizar actividad fisica la cual facilita la marcha y el acondicionamiento fisico de la persona mayor mediante el acompañamiento (Marcha asistida) a realizar caminata por los espacios institucionales a fin de crear hàbitos y estilos de vida saludable, de manera adicional y pensando en las necesidades de la población se realiza cambio de posición de sedente a bípedo por un espacio de tiempo para favorecer la oxigenación de los tejidos, además de proporcionar el mantenimiento del peso sobre los miembros inferiores para personas que por uno u otra razón no generan algún tipo de desplazamiento.

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Durante las intervenciones se realiza inspección del área donde se va a realizar dicha actividad.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Las actividades implementadas en el mes de Mayo fueron las siguientes:

Dia 04 de Mayo 2023:: Durante la actividad de manera inicial se traslada a una persona mayor quien cuenta con las habilidades residuales para realizar actividad de acondicionamiento se procede a ayudar a levantar para que ejecute la marcha de manera independiente, siempre con el acompañamiento de la auxiliar de enfermeria y fisioterapèuta a lado y lado. Actividad que realiza acorde a las capacidades y habilidades de cada uno sin limites de tiempo. Si la persona mayor no ejecuta marcha se le realiza cambio de posición de sedente a bípedo garantizando la oxigenación de los tejidos y mantenimiento del peso en los miembros inferiores con apoyo de dos personas. Se finaliza la actividad haciendo retroalimentación de la importancia de la marcha, así como la conservación de la habilidad residual, y se deja a la persona mayor participante en el lugar que él disponga.

Dia 10 de Mayo 2023: Durante la actividad de manera inicial se traslada a una persona mayor quien cuenta con las habilidades residuales para realizar actividad de acondicionamiento se procede a ayudar a levantar para que ejecute la marcha de manera independiente, siempre con el acompañamiento de la auxiliar de enfermeria y fisioterapèuta a lado y lado. Actividad que realiza acorde a las capacidades y habilidades de cada uno sin limites de tiempo. Si la persona mayor no ejecuta marcha se le realiza cambio de posición de sedente a bípedo garantizando la oxigenación de los tejidos y mantenimiento del peso en los miembros inferiores con apoyo de dos personas. Se finaliza la actividad haciendo retroalimentación de la importancia de la marcha, así como la conservación de la habilidad residual, y se deja a la persona mayor participante en el lugar que él disponga.

Día 16 de Mayo 2023: Durante la actividad de manera inicial se traslada a una persona mayor quien cuenta con las habilidades residuales para realizar actividad de acondicionamiento se procede a ayudar a levantar para que ejecute la marcha de manera independiente, siempre con el acompañamiento de la auxiliar de enfermeria y fisioterapèuta a lado y lado. Actividad que realiza acorde a las capacidades y habilidades de cada uno sin limites de tiempo. Si la persona mayor no ejecuta marcha se le realiza cambio de posición de sedente a bípedo garantizando la oxigenación de los tejidos y mantenimiento del peso en los miembros inferiores con apoyo de dos personas. Se finaliza la actividad haciendo retroalimentación de la importancia de la marcha, así como la conservación de la habilidad residual, y se deja a la persona mayor participante en el lugar que él disponga.

Día 18 de Mayo 2023: Durante la actividad de manera inicial se traslada a una persona mayor quien cuenta con las habilidades residuales para realizar actividad de acondicionamiento se procede a ayudar a levantar para que ejecute la marcha en caminadora electrica o asistida siempre con el acompañamiento de la auxiliar de enfermeria y fisioterapèuta. Actividad que realiza acorde a las capacidades y habilidades de cada uno sin limites de tiempo. Si la persona mayor no ejecuta marcha se le realiza cambio de posición de sedente a bípedo garantizando la oxigenación de los tejidos y mantenimiento del peso en los miembros inferiores con apoyo de dos personas. Se finaliza la actividad haciendo retroalimentación de la importancia de la marcha, así como la conservación de la habilidad residual, y se deja a la persona mayor participante en el lugar que él disponga

Día 24 de Mayo 2023: Durante la actividad de manera inicial se traslada a una persona mayor quien cuenta con las habilidades residuales para realizar actividad de acondicionamiento se procede a ayudar a levantar para que ejecute la marcha en caminadora electrica o asistida siempre con el acompañamiento de la auxiliar de enfermeria y fisioterapèuta. Actividad que realiza acorde a las capacidades y habilidades de cada uno sin limites de tiempo. Si la persona mayor no ejecuta marcha se le realiza cambio de posición de sedente a bípedo garantizando la oxigenación de los tejidos y mantenimiento del peso en los miembros inferiores con apoyo de dos personas. Se finaliza la actividad haciendo retroalimentación de la importancia de la marcha, así como la conservación de la habilidad residual, y se deja a la persona mayor participante en el lugar que él disponga

Día 30 de Mayo 2023: Durante la actividad de manera inicial se traslada a una persona mayor quien cuenta con las habilidades residuales para realizar actividad de acondicionamiento se procede a ayudar a levantar para que ejecute la marcha en caminadora electrica o asistida siempre con el acompañamiento de la auxiliar de enfermeria y fisioterapèuta. Actividad que realiza acorde a las capacidades y habilidades de cada uno sin limites de tiempo. Si la persona mayor no ejecuta marcha se le realiza cambio de posición de sedente a bípedo garantizando la oxigenación de los tejidos y mantenimiento del peso en los miembros inferiores con apoyo de dos personas. Se finaliza la actividad haciendo retroalimentación de la importancia de la marcha, así como la conservación de la habilidad residual, y se deja a la persona mayor participante en el lugar que él disponga

3.3.3. MOMENTO FINAL	Al finalizar la actividad se le informa a la persona mayor de la terminación de la misma y se motiva a seguir permitiendo las actividades encaminadas a la conservación de la habilidad residual.

3.4.RECURSOS

Recursos Humanos	Recursos Materiales
- Profesinal de Fisioterapia	-Barras de apoyo (Pasamanos) -Barras paralelas

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

En la actividad denominada Caminando sin Limites se logró contribuir a la conservaciòn de las habilidades residuales de las personas mayores participantes, permitiendo con el cambio de posición la oxigenaciòn de los tejidos y por ende disminuciòn del riesgo de presentar zonas de presiòn, ademàs de encaminar la actividad hacia un hàbito que conlleva a contribuir en el acondicionamiento de las personas mayores, se contó con la participación de 18 personas mayores.

En constancia de lo anterior firman:

No Firmo
María del Carmen Pardo
Persona mayor
C.C 20541014

No Firmo.
Eva Marina Lemus
Persona mayor
C.C 20281949

No Firmo.
Olga Marina Hernandez H
Persona mayor
C.C 1015459552

Hna Nubia Esperanza Moya
Coordinadora
C.C.35354835

Claudia Rodriguez
Fisioterapeuta
C.C 1094240828

Fecha de evaluación del encuentro: La actividad denominada Caminando Sin Límites se ejecutó los días 04, 10, 16, 18, 24, y 30 de Mayo

Nombre del profesional que evalúa: Claudia Rodriguez
CC 1094240828

REGISTRO FOTOGRÀFICO

AREA: FISIOTERAPIA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: CAMINANDO SIN LÍMITES

FECHA DE REALIZACIÒN:

1. 04/05/2023
2. 10/05/2023
3. 16/05/2023
4. 18/05/2023
5. 24/05/2023
6. 30/05/2023










Sasaima
Hogar San José
Cra 4 # 6-21
24/05/2023, 3:12:35 p.m.


ENFERMERIA
Sasaima Cundinamarca
Hogar San José
Cra 4#6-21
30/05/2023, 2:18:45 p.m.