| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL<br><br>FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ | Código: FOR-PSS-570<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022<br>Pagina: 1 de 2 |
|---|---|---|

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio Comunidad de Cuidado 1.1. 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 | 6 | 2023 | al | 30 | 6 | 2023 |

2.2. Nombre del encuentro: Bienestar y Confort

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. Proponer abordajes personalizados sobre la estructura corporal (tejido muscular, articular), con técnicas de masaje que permitan preservar la salud física y atenuar la enfermedad en personas mayores con movilidad escasa o nula.
3. Fomentar espacios de bienestar que permitan la conservación de la habilidad residual acorde al proceso de envejecimiento

3.3. METODOLOGÍA

Durante el mes de Junio se proyecta desarrollar 8 actividades denominadas "Bienestar y confort", en los dias 01, 05, 06, 07, 13, 14, 20, y 22 del mes vinculando a el grupo de personas mayores que presentan deterioro significativo y requiere de asistencia en el desarrollo de las actividades, es decir atenciòn especial.
Esta actividad se realizarà mediante el abordaje personalizado de la persona mayor a la cual se le hidratarà piel y se generarà movilidad de los segmentos articulares, y cambios de posiciòn de sedente a bìpedo mediante asistencia a fin de generar oxigenaciòn de los tejidos. La evaluaciòn de la actividad se realizarà mediante la observaciòn ya que se pretende proporcionar un cuidado especial a personas que se encuentran en el final de su ciclo vital.

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Durante todas las intervenciones se realiza inspección del área donde se va a realizar dicha intervención, donde las personas mayores con deterioro acentuado permanecen, el cual debe estar en óptimas condiciones, Se alista el material a utilizar como aceite para realizar masaje e hidratación de piel. Toallas de papel, guantes y demás elementos según el caso.

Las actividades implementadas en el mes de Junio fueron las siguientes:
Para el desarrollo se tiene en cuenta que en la actividad Bienestar y Confort se realiza de manera repetitiva, es decir no cambia en su desarrollo ya que está planeada como actividad que brinda y cuidado especial a las personas mayores que por diversas afectaciones presentan limitaciones severas en su movilidad y/o a nivel mental-cognitivo.

**Día 01 de Junio 2023:** Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, Se procede a descubrir la zona a tratar, el fisioterapeuta se aplica aceite en las palmas de las manos, se frotan y enseguida realiza el contacto físico con la persona mayor realizando maniobras de masaje y movilidad pasiva de los segmentos a fin de generar bienestar y confort, además otra alternativa de desarrollo de la actividad es realizando cambios de posición de sedente a bípedo permitiendo la oxigenación de los tejidos, la cual debe mantener dicha posición a tolerancia de cada persona mayor, cabe mencionar que las actividades se realizan acorde a la necesidad que surge en el momento de la persona mayor, es decir (Movilizar e hidratar miembros superiores, inferiores o cambio de posición que en la mayoría de las personas mayores se requiere de alzamiento completo).

**Día 05 de Junio 2023**: Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, Se procede a descubrir la zona a tratar, el fisioterapeuta se aplica aceite en las palmas de las manos, se frotan y enseguida realiza el contacto físico con la persona mayor realizando maniobras de masaje y movilidad pasiva de los segmentos a fin de generar bienestar y confort, además otra alternativa de desarrollo de la actividad es realizando cambios de posición de sedente a bípedo permitiendo la oxigenación de los tejidos, la cual debe mantener dicha posición a tolerancia de cada persona mayor, cabe mencionar que las actividades se realizan acorde a la necesidad que surge en el momento de la persona mayor, es decir (Movilizar e hidratar miembros superiores, inferiores o cambio de posición que en la mayoría de las personas mayores se requiere de alzamiento completo).

**Día 06 de Junio 2023:** Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, Se procede a descubrir la zona a tratar, el fisioterapeuta se aplica aceite en las palmas de las manos, se frotan y enseguida realiza el contacto físico con la persona mayor realizando maniobras de masaje y movilidad pasiva de los segmentos a fin de

| | |
|---|---|
| 3.3.2. MOMENTO CENTRAL | generar bienestar y confort, además otra alternativa de desarrollo de la actividad es realizando cambios de posición de sedente a bípedo permitiendo la oxigenación de los tejidos, la cual debe mantener dicha posición a tolerancia de cada persona mayor, cabe mencionar que las actividades se realizan acorde a la necesidad que surge en el momento de la persona mayor, es decir (Movilizar e hidratar miembros superiores, inferiores o cambio de posición que en la mayoría de las personas mayores se requiere de alzamiento completo).<br><br>**Día 07 de Junio 2023**: Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, en esta ocasión se fomentó la movilidad activa libre y activa asistida mediante la utilización de un balón, el cual debía pasar por encima de la cabeza en varias ocasiones fomentando la movilidad para segmento articular de homrbos bilaterales ya que son acciones que se ven limitadas con el paso del tiempo, se fue realizando con las diferentes personas mayores uno a uno.<br><br>**Día 13 de Junio 2023:**Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, Se procede a descubrir la zona a tratar, el fisioterapeuta se aplica aceite en las palmas de las manos, se frotan y enseguida realiza el contacto físico con la persona mayor realizando maniobras de masaje y movilidad pasiva de los segmentos a fin de generar bienestar y confort, además otra alternativa de desarrollo de la actividad es realizando cambios de posición de sedente a bípedo permitiendo la oxigenación de los tejidos, la cual debe mantener dicha posición a tolerancia de cada persona mayor, cabe mencionar que las actividades se realizan acorde a la necesidad que surge en el momento de la persona mayor, es decir (Movilizar e hidratar miembros superiores, inferiores o cambio de posición que en la mayoría de las personas mayores se requiere de alzamiento completo).<br><br>**Día 14 de Junio 2023**:Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, Se procede a descubrir la zona a tratar, el fisioterapeuta se aplica aceite en las palmas de las manos, se frotan y enseguida realiza el contacto físico con la persona mayor realizando maniobras de masaje y movilidad pasiva de los segmentos a fin de generar bienestar y confort, además otra alternativa de desarrollo de la actividad es realizando cambios de posición de sedente a bípedo permitiendo la oxigenación de los tejidos, la cual debe mantener dicha posición a tolerancia de cada persona mayor, cabe mencionar que las actividades se realizan acorde a la necesidad que surge en el momento de la persona mayor, es decir (Movilizar e hidratar miembros superiores, inferiores o cambio de posición que en la mayoría de las personas mayores se requiere de alzamiento completo)<br><br>**Día 20 de Junio 2023**:Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, Se procede a descubrir la zona a tratar, el fisioterapeuta se aplica aceite en las palmas de las manos, se frotan y enseguida realiza el contacto físico con la persona mayor realizando maniobras de masaje y movilidad pasiva de los segmentos a fin de generar bienestar y confort, además otra alternativa de desarrollo de la actividad es realizando cambios de posición de sedente a bípedo permitiendo la oxigenación de los tejidos, la cual debe mantener dicha posición a tolerancia de cada persona mayor, cabe mencionar que las actividades se realizan acorde a la necesidad que surge en el momento de la persona mayor, es decir (Movilizar e hidratar miembros superiores, inferiores o cambio de posición que en la mayoría de las personas mayores se requiere de alzamiento completo).<br><br>**Día 22 de Junio 2023:**Se procede a realizar el abordaje de cada persona mayor donde se saluda y se le da explicación de la actividad a realizar ya sea de miembros superiores o inferiores, Se procede a descubrir la zona a tratar, el fisioterapeuta se aplica aceite en las palmas de las manos, se frotan y enseguida realiza el contacto físico con la persona mayor realizando maniobras de masaje y movilidad pasiva de los segmentos a fin de generar bienestar y confort, además otra alternativa de desarrollo de la actividad es realizando cambios de posición de sedente a bípedo permitiendo la oxigenación de los tejidos, la cual debe mantener dicha posición a tolerancia de cada persona mayor, cabe mencionar que las actividades se realizan acorde a la necesidad que surge en el momento de la persona mayor, es decir (Movilizar e hidratar miembros superiores, inferiores o cambio de posición que en la mayoría de las personas mayores se requiere de alzamiento completo). |
| 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 de bienestar en la etapa del ciclo vital. |

| 3.4.RECURSOS | |
|---|---|
| Recursos Humanos<br><br>- Profesional de Fisioterapia | Recursos Materiales<br>- Aceite de Almendras<br>-6 a 8 Pares de Guantes<br>- Toallas Desechables<br>- Balón |

| 4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO |
|---|
| Se logró los objetivos propuestos ya que contribuye al mejoramiento de la calidad de vida de las personas mayores que a causa del proceso de envejecimiento y/o compromisos patológicos presentan dificultades en generar movimientos por iniciativa propia, es un espacio para contribuir en el bienestar físico y mental de la persona mayor totalmente dependiente, se contó con la participación de 30 personas mayores. |

En constancia de lo anterior firman:

| | | |
|---|---|---|
| Blanca Nelly Hernandez<br>Persona mayor<br>C.C 41513833 | Blanca Carvajal<br>Persona mayor<br>C.C 24457997 | No Firma<br>Raul Zárate<br>Persona mayor<br>C.C 19140960 |

| | |
|---|---|
| Hna Nubia Esperanza Moya<br>Coordinadora<br>C.C.35354835 | Claudia Patricia Rodriguez<br>Fisioterapeuta<br>C.C 1094240828 |

Fecha de evaluación del encuentro: La actividad denominada Bienestar y Confort se ejecutó los dias 01, 05, 06, 07, 13, 14, 20, y 22 del mes de Junio 2023

Nombre del profesional que evalúa: Claudia Patricia Rodriguez V
CC.1094240828

REGISTRO FOTOGRÀFICO

AREA: FISIOTERAPIA

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: BIENESTAR Y CONFORT

FECHA DE REALIZACIÒN

1. 01/06/2023
2. 05/06/2023
3. 06/06/2023
4. 07/06/2023
5. 13/06/2023
6. 14/06/2023
7. 20/06/2023
8. 21/06/2023
9. 22/06/2023













Sasaima
Hogar San José
Cra 4 # 6 - 21
13/06/2023, 9:33:17 a.m.


Sasaima
Hogar San José
Cra 4 # 6 - 21
14/06/2023, 9:45:59 a.m.


Sasaima
Hogar San José
Cra 4 # 6 - 21
20/06/2023, 9:33:06 a.m.


Sasaima Cundinamarca
Hogar San José
Cra 4#6-21
22/06/2023, 9:42:13 a.m.