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:	Hogar Clarita Santos Cajicá	5. Fecha de ejecución						
2. Componente:	Nutrición							
3 Eje de Atención:	Cuidado integral	1	1	2022	al	31	1	2022
3.1 Línea de Atención:	Cuerpo y Mente	6. Profesional a cargo de la actividad						
4. Nombre de la actividad:	Nutrionica - Vitaminas para tu memoria	Nutrición - Psicología.						

7. OBJETIVO GENERAL

Promover estilos de vida saludables por medio de acciones y prácticas integrales que contribuyan al bienestar nutricional y a la prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación de las personas mayores del Centro Comunidad de Cuidado Clarita Santos Cajicá.

7.1 . OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Reconocer que acciones y prácticas hacen parte de un estilo de vida saludable y su importancia para la salud a través de actividades lúdicas.

2. Reflexionar acerca de los beneficios que traen la adopción de acciones y prácticas de un estilo de vida saludable a corto, mediano y largo plazo.

3. Incorporar los estilos de vida saludable en la cotidianidad de las personas mayores del Centro Comunidad de Cuidado, partiendo de las herramientas y estrategias trabajadas durante los procesos de intervención transversal.

8. PLANEACION

Inicialmente se llevó a cabo la construcción de la estrategia de información, educación y comunicación – IEC en promoción de estilos de vida saludable: alimentación, nutrición y actividad física, dirigidas a los participantes de la Comunidad de Cuidado Hogar Clarita Santos Cajicá, en el marco del lineamiento en estilos de vida saludable, para generar procesos que, además de brindar respuesta a las necesidades básicas de los participantes atendidos, optimicen los beneficios proporcionados; por lo cual, se plantean actividades grupales gerogógicas relacionadas con hábitos de vida saludable, con el propósito de mejorar el estado de salud de las personas mayores, y por ende su calidad de vida, para dar cumplimiento, mensualmente se llevará a cabo la actividad Nutriónica: "Nutrición armónica", en el mes de enero se desarrollará la actividad Vitaminas para tu memoria, un juego de rapidez, observación y concentración en el que se deben buscar símbolos en común entre diferentes cartas que contienen imágenes de alimentos fuente de vitaminas y sus funciones principales.

9. DESARROLLO

La actividad desarrollada en el mes de enero en el marco de la estrategia de información, educación y comunicación en promoción de estilos de vida saludable (Nutriónica: "Nutrición armónica") fue Vitaminas para tu memoria, un juego de rapidez, observación y concentración en el que se deben buscar símbolos en común entre diferentes cartas que contienen imágenes de alimentos fuente de vitaminas y sus funciones principales. Ayudan a regular las diferentes funciones del organismo. Sólo las necesitamos en pequeñas cantidades, pero si no se consumen, la salud se afecta. Las vitaminas se encuentran en casi todos los alimentos, principalmente en frutas, verduras y productos de origen animal. Hay vitaminas hidrosolubles, que se transportan o diluyen únicamente en agua, y vitaminas
liposolubles, que se transportan o diluyen únicamente en medio graso.
El día 13 de enero del presente año se desarrolló la actividad Vitaminas para tu memoria con el grupo 3 y 4, terminando con el grupo 1 y 2 el 20 de enero.

10. EVALUACIÓN

Al final del mes se entregaron incentivos de diferente valor según los hábitos alimentarios presentados, la participación en las actividades de estilos de vida saludable y en la actividad física diaria, lo cual se podrá evidenciar en los resultados relacionados en los informes trimestrales.

11. RECURSOS

Humanos: Profesional en psicología y nutrición. Físicos: Fichas con imágenes de alimentos, planilla de asistencia, espacio para el desarrollo de la actividad, sillas, mesas

12. EVIDENCIAS

Se anexan evidencias fotográficas de las actividades realizadas los días: 13 y 20 de enero.

Karen Gaeth Hennig Karen Gaeth Hennig 13. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato	Sor Ana Inés Rincón Barbosa Sor Ana Inés Rincón Barbosa 14. Nombre y firma del Coordinador

Ana Rosa Rojas - No firma
Luz Amanda Neira - No firma
Ana Cecilia Borraz - No firma
15. Nombre y firma personas mayores


ENE.
Cajicá
09:39
DOM. LUN. MAR. MIÉ. JUE. VIE. SÁB.
9 10 11 12 13 14 15


ENE.
Cajicá
09:24
DOM. LUN. MAR. MIÉ. JUE. VIE. SÁB.
9 10 11 12 13 14 15


20/01/2022 10:45
Cajicá


20/01/2022 10:00
Cajicá