ACTA Nº 352 COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CLARITA SANTOS CAJICÁ - 2022

FECHA: Cajicá, febrero, 28 de 2022.

HORA: 04:49 p.m. – 05:26 p.m.

LUGAR: Hogar Clarita Santos Cajicá

TEMA: Vitaminas para tu memoria.

ASISTENTES: Karen Gaeth Hennig (responsable de la actividad), Sor Ana Inés Rincón Barbosa (coordinador responsable de la unidad operativa)

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad.
2. Introducción de la actividad.
3. Actividad Vitaminas para tu memoria.
4. Materiales a utilizar en la actividad.
5. Compromisos.
6. Anexos.

DESARROLLO:

1. OBJETIVO:

   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 del talento humano de la Comunidad de Cuidado Clarita Santos Cajicá.

2. INTRODUCCIÓN:

   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, tiene como objetivo 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 julio se desarrollará la actividad Cuidando el mango, mediante un mercado con diferentes alimentos didácticos fuente de grasas saturadas e insaturadas, que luego se ubicaran frente a un semáforo, con el fin de informar sobre el valor nutritivo y frecuencia de consumo adecuado de las grasas.

3. ACTIVIDAD VITAMINAS PARA TU MEMORIA.

En el mes de febrero, 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, realizada el día 25 del presente mes; inicialmente se convocó al talento humano y se realizó el pretest en línea.

A continuación, se desarrolló el taller Vitaminas para tu memoria presentado en la Imagen 1. Se trata de una actividad planteada desde el área de psicología y nutrición, estimulando la memoria mediante 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 (frutas y verduras) y sus funciones principales. Cada una de las vitaminas ejerce una función que es única e insustituible en los procesos metabólicos del organismo. Si una de ellas falta, todo el organismo se resiente. Cuando la dieta sea deficitaria de forma regular o cuando se coma menos de lo recomendable, cabe la posibilidad de que el aporte vitamínico sea insuficiente y puedan producirse enfermedades carenciales que sólo se curarán cuando se consuma de nuevo la vitamina implicada. Así, en los países en vías de desarrollo las deficiencias vitamínicas siguen siendo un importante problema de salud.

Imagen 1. Juego Vitaminas para tu memoria.



Fuente: Propia. Juego Vitaminas para tu memoria. Hogar Clarita Santos Cajicá. 2022

Para terminar, se llevó a cabo el postest, al igual que la prueba inicial, en la plataforma Mentimeter.

4. MATERIALES A UTILIZAR EN LA SOCIALIZACIÓN:
   Espacio para el desarrollo de la actividad, mesas, sillas, juego vitaminas para tu memoria, computador, evaluación en mentimeter, planilla de asistencia.

5. COMPROMISOS:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Realizar actividad bimestral en IEC con el talento humano.	Nutricionista	04/2022

6. ANEXOS: Listado de asistencia.
   Evidencia fotográfica.
   Pre y postest.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Karen Gaeth Hennig	Nutricionista	Hogar Clarita Santos – Casa La Esperanza	Karen Gaeth Hennig
Sor Ana Inés Rincón Barbosa	Coordinadora	Hogar Clarita Santos – Casa La Esperanza	Sor Ana Inés Rincón Barbosa

Elaboró:

Karen Gaeth Hennig

Nutricionista Dietista MND 06897

Evidencia fotográfica





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 2

Tema: Vitaminas Para la Memoria. Lugar: H.C.S. Fecha y hora: 25/02/2022 2:pm.

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
1	Yeny Milena Rincon	52.666.474	H-C.S	Psicologo	yemiri2003@gmail	3003607163	
2	Patricia Cardenas Gomez	1070013975	Hogar Clarita Santos-cajicá	Gestora Documental	Cardenaspatricia@Hotmail.com	3108563482.	
3	Esmeralda Suarez	35479961	H-C-S	AUX enfermaria	esmeam.03@gmail.	3134759752	
4	Angelica M. Aguilar	39.809.541	H. C. S	Aux Enfermeria	angelmar771@hotmail.com	3006405231	
5	Yolima Beltran P.	52'713.618	H.C.S	Gerontologa	yolbe1894@gmail.com	3046691032	
6	Maribel Rodriguez	52.666.753	H.C.S	Aux. terapia	rodymaradiaga2@hotmail.com	3103102040	
7	Diana Garcia	1'071328931	H.C.S.	Aux. Enfermaria	—	3016767309	
8	Yeny Carolina Ballesteros Rincon	1070503408	H.C.S.	AUX enfermeria	yerazipaguira@gmail.com	3204940134	
9	Martha Venegas	35477428	H.C.S	SGeneral	—	3132067778	
10	Beisy Acevedo	63253339	H.C.S.	S General	Beisyacevedo@gmail.	3124150501	

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

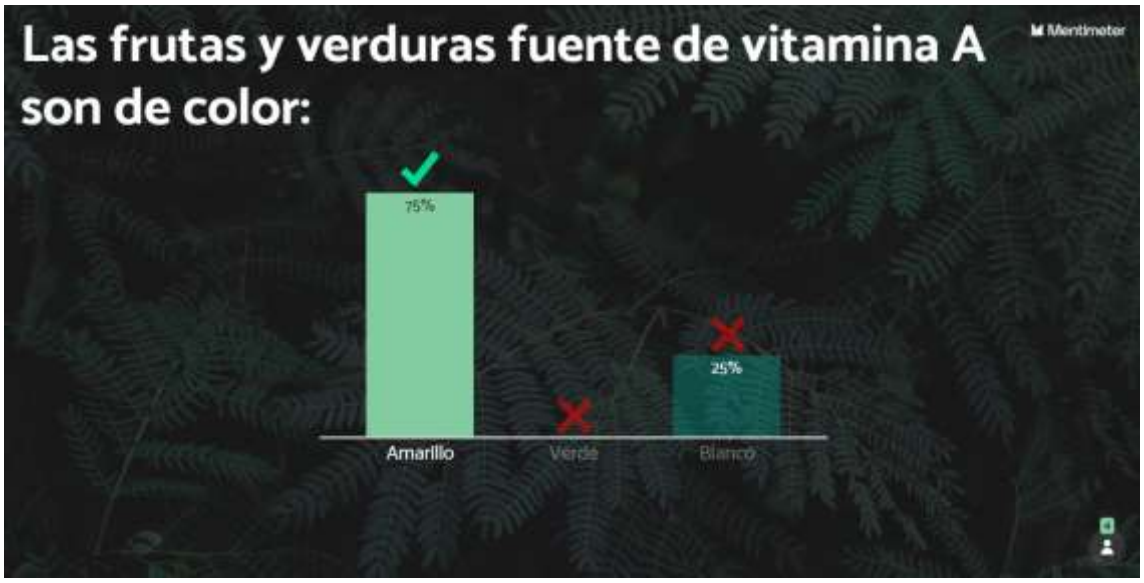
ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 0 Fecha: Memo I2020035152 – 17/12/2020 Página: 1 de 2

Tema: Vitaminas Para la Memoria Lugar: H. C. S Fecha y hora: 25/02/2022 2:00pm

Ítem	Nombres y Apellidos	Documento de identidad	Entidad o Dependencia	Rol / Cargo	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
11	Maria Calderon	35404853	Servicios Generales	S Generales	—	3213991316	Maria Calde
12	Jessika Figueroa	1070013985	H.C.S	S. Generala	—	3204503950	
13.	Olga Ruiz	22.545.318	H.C.S.	Auxiliar	—	312 376 0045	
14	Daniely Pinilla	1318266094	H.C.S	aux Cocina	—	3173021316	Daniely P
15	Johanna Yanes	1023875378	HCS	T. Social	—	3125658815	
16	Aldemar Chipiran	3146416	H.C.S	Conductor	—	3132514994	
17.	Kiren Goeth Henry	1070013581	HCS	Nutricionista	—	3204972604	

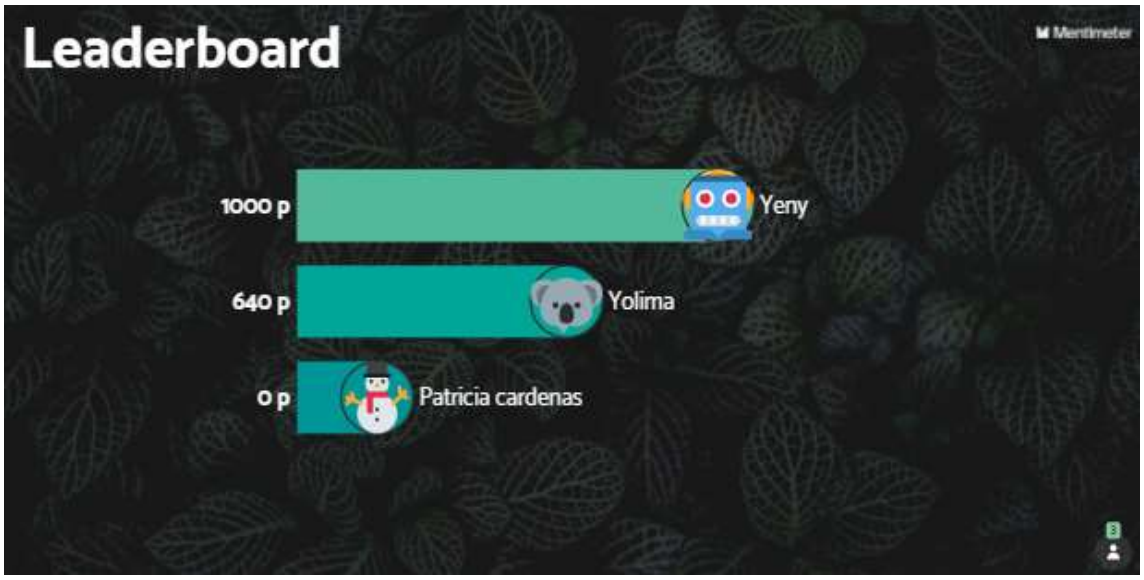
Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

PRETEST

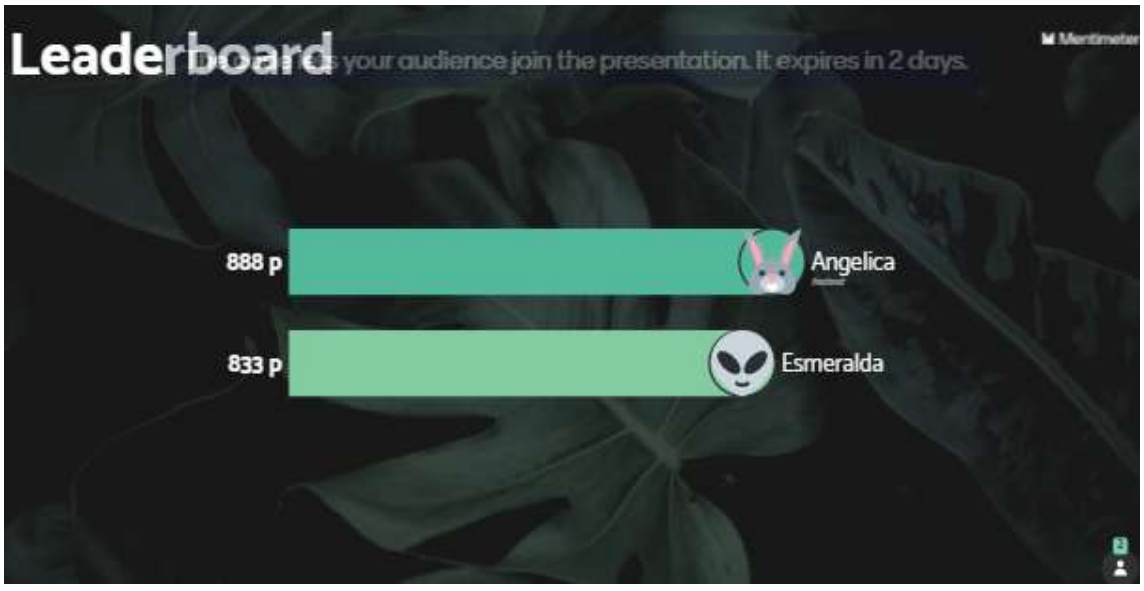

Las frutas y verduras fuente de vitamina A son de color:
Mentimeter
75%
25%
Amarillo
Verde
Blanco

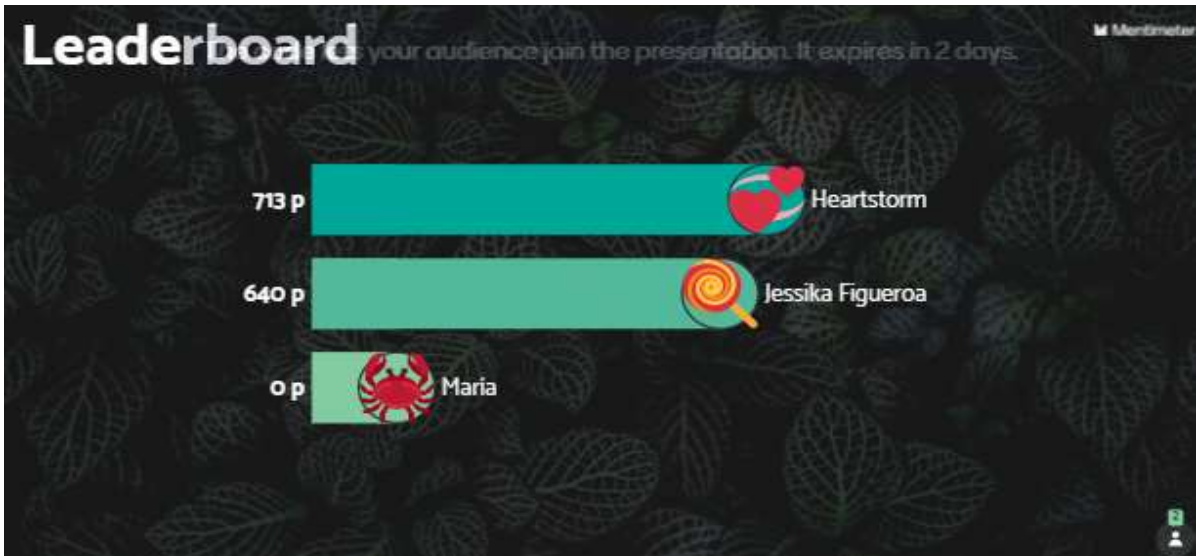

Los antioxidantes nos ayudan a:
Mentimeter
100%
Aumentar los niveles de glucosa
Suplementar la alimentación
Disminuir el riesgo de padecer cancer


Los alimentos de color verde son ricos en vitamina D.
Mentimeter
25%
Verdadero
Falso

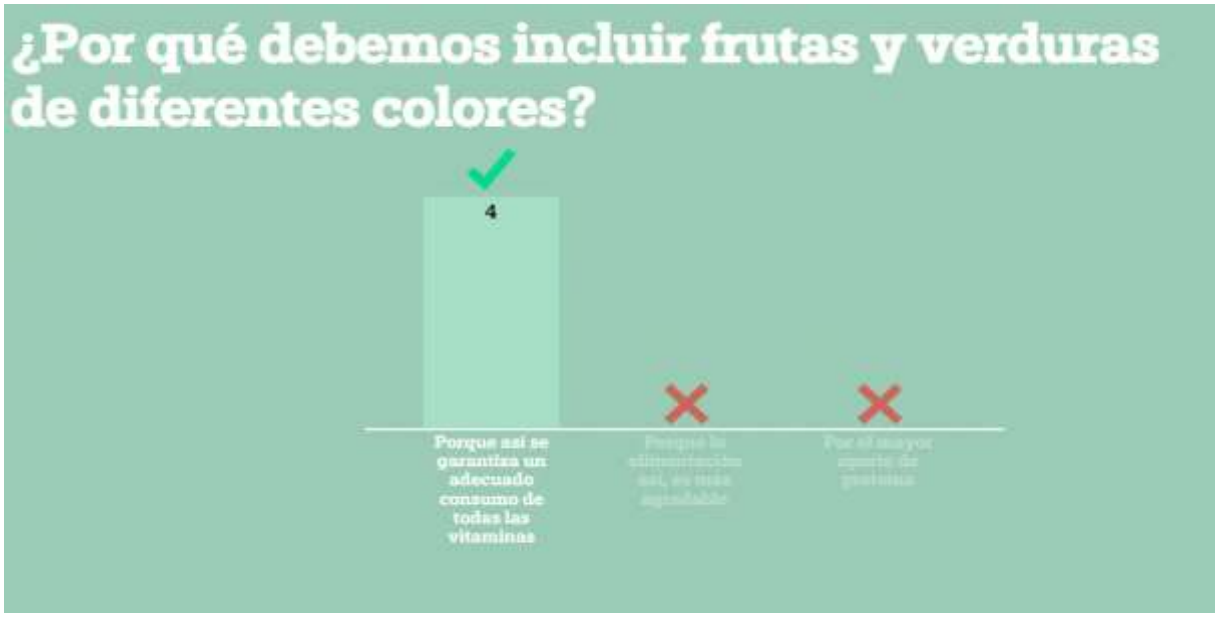

Leaderboard
Mentimeter
1000 p
Yeny
640 p
Yolima
0 p
Patricia cardenas


Leaderboard
Mentimeter
1840 p
Johanna Yanes
1825 p
Olga
1792 p
Aldemar
1000 p
Daimely


Leaderboard
your audience join the presentation. It expires in 2 days.
Mentimeter
888 p
Angelica
833 p
Esmeralda

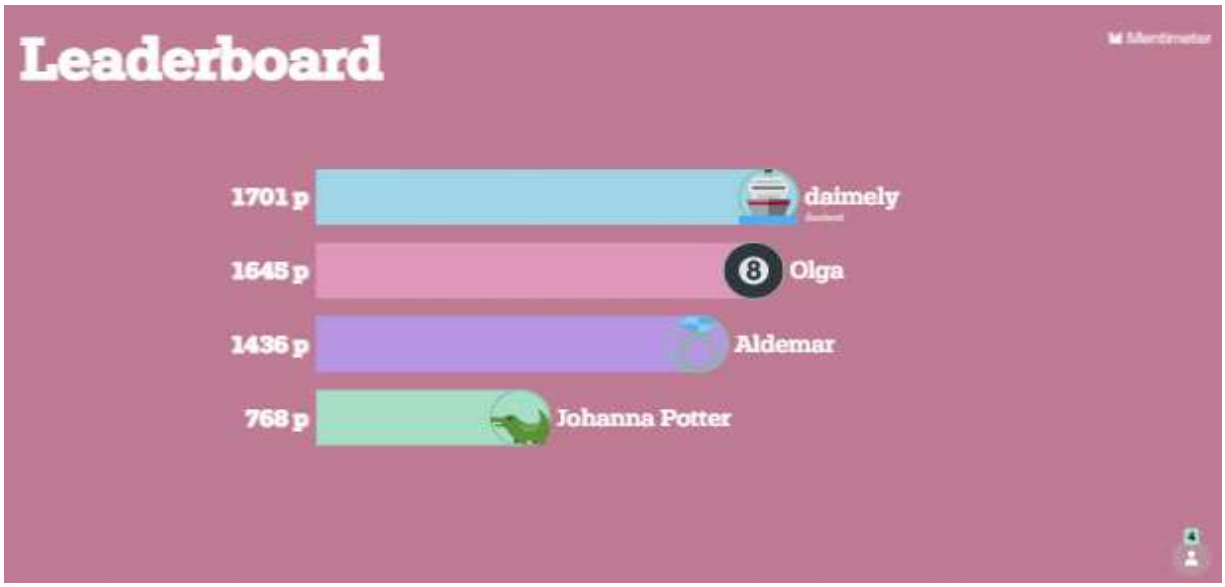

Leaderboard
your audience join the presentation. It expires in 2 days.
713 p
Heartstorm
640 p
Jessika Figueroa
0 p
Maria

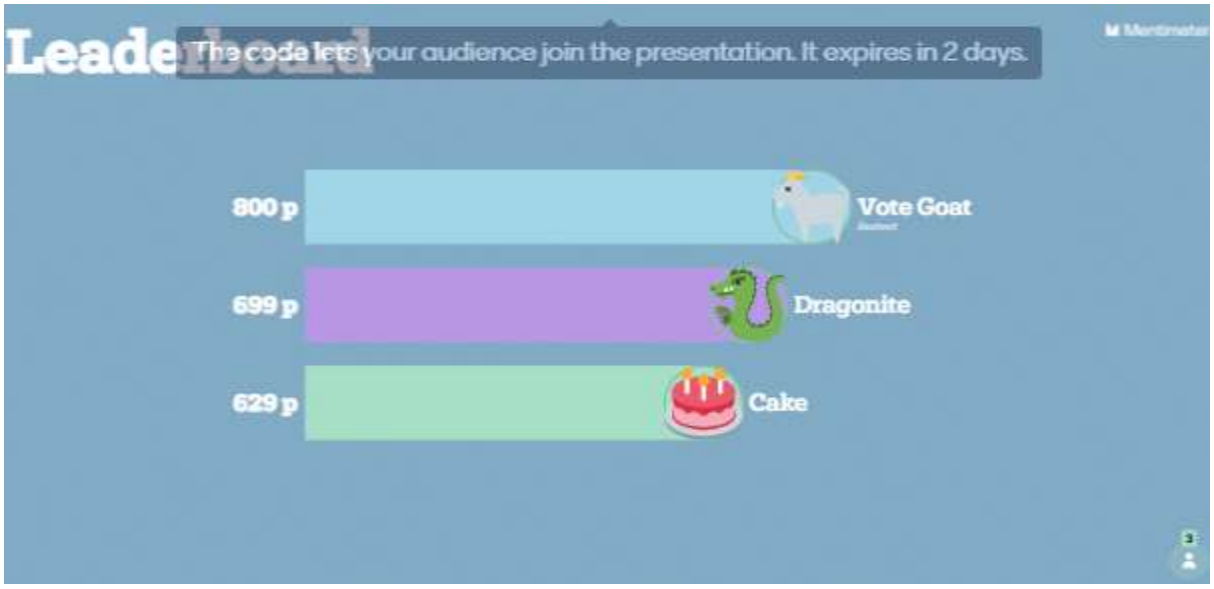
POSTEST


¿Por qué debemos incluir frutas y verduras de diferentes colores?
4
Porque así se garantiza un adecuado consumo de todas las vitaminas

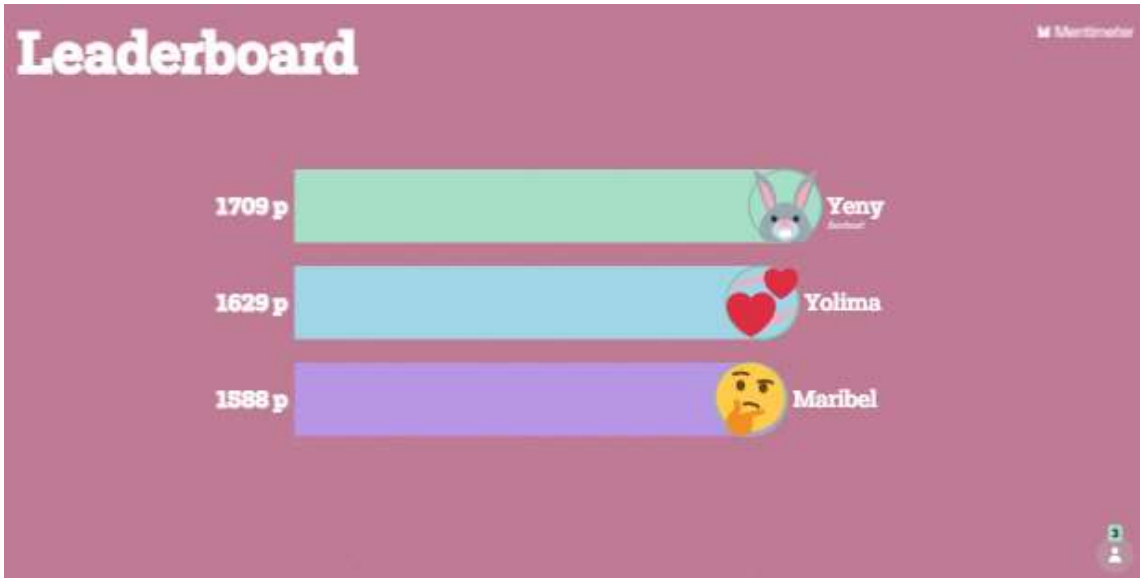

La vitamina K interviene con:
3
La coagulación sanguínea

Leaderboard





Leaderboard




Leaderboard
Mentimeter
1559 p
Beisy
1512 p
Jessika Figueroa
0 p
Maria
2