**ACTA N° 53**

FECHA: Bogotá, Enero 25 de 2024

HORA: 9:00 am

LUGAR: Centro Comunidad de Cuidado TIERRA DEL SOL

TEMA: Eje de atención: “Cuidado Integral”, Línea de atención: “Respiro a Cuidadores”, título de la actividad: Cuidando al Cuidador”

ASISTENTES:

Talento Humano de la Comunidad de Cuidado Tierra del Sol

ORDEN DEL DÍA:

1. Introducción
2. Objetivos
3. Metodología
4. Materiales
5. Retroalimentación

DESARROLLO:

1. Introducción:

Teniendo en cuenta el anexo técnico establecido para el centro de comunidad de Cuidado tierra del sol y como mecanismo en el proceso de fortalecimiento del actuar frente a la prestación de servicios de bienestar y cuidado hacia las personas mayores, se considera de importancia fortalecer el proceso de Respiro a cuidadores a partir de acciones interinstitucionales, por tal razón se realiza la ejecución de las actividades relacionadas con pausas activas y actividades de cuidado hacia los cuidadores.

Para el presente mes se planeó el desarrollo de actividades relacionadas con pausas activas, dinámicas grupales de relajación dirigidas al equipo de servicios primarios específicamente actividades realizadas con el apoyo técnico de la Profesional en Fisioterapia, quien desde su formación oriento las actividades correspondientes a pausa activa y las sesiones de relajación

que se orientaron a la realización de procesos de estiramiento, mejora de la postura en el levantamiento de cargas, entre otros.

Durante la reunión mensual al que se convoca al total del talento humano contratado, jornada realizada el día 19 de Enero, se realizó actividad de arteterapia, actividad dirigida por la Coordinación del Servicio y la Profesional en Terapia Ocupacional, para esto se hizo uso de grabados, tintas e impresos que aportan en este momento a la decoración del hall de artes de la Comunidad de Cuidado, esto permitió explorar la creatividad en el talento humano.

2. Objetivos:

Definir espacios destinados para prevenir y atender la carga que genera la demanda del cuidado a persona mayores a través de acciones que proporcionen calidad de vida y promuevan el bienestar del talento humano.

3. Metodología:

PAUSAS ACTIVAS

Para el presente mes se ejecutaron tres acciones dirigidas al talento humano, apoyadas técnicamente por las profesionales en Terapia Ocupación y Fisioterapia enmarcadas desde la actividad física en el entorno laboral orientadas a la adaptación cardiovascular, el fortalecimiento muscular reduciendo los riesgos de lesiones en el talento humano.

La primera sesión se realiza el día 11 de enero actividad dirigida por la Profesional en Terapia Ocupacional, asistiendo parte del equipo administrativo, equipo profesional y equipo de apoyo asistencial. La actividad se orienta específicamente enfocada en favorecer la movilidad articular y estiramiento.

Las actividades realizadas el día 24 y 25 de enero, dirigidas técnicamente por la Profesional en Fisioterapia, estaba dirigida específicamente al equipo de servicios primarios, asistiendo el total del equipo asistencial que este día se encontraba de turno. La actividad se orientó específicamente en estiramiento muscular en espalda completa, brazos y piernas con el fin de disminuir la tensión generada por cargas inadecuadas en esta zona.

ARTETERAPIA

Para el día 19 de enero, siendo las 12 m, en el marco de la reunión de equipo, espacio al que asiste la mayor parte del talento humano contratado, se realizó sesión de arteterapia siendo esta

una acción definida en el PAI en el marco de la actividad Cuidando al Cuidador. Esta actividad se realiza con el apoyo técnico de la Coordinación del Servicio y la Profesional en Terapia Ocupacional, quienes dieron las directrices iniciales para la ejecución del ejercicio, adicional a ello se hace la adecuación del espacio de trabajo con música de relajación, se hizo entrega de los insumos necesarios para la realización de grabados en hicopor e impresos en tinta, permitiendo explorar la creatividad grafica en el talento humano.

4. Materiales:

Sonido, colchonetas, aromas

Hicopor, tinta, lápices, papel iris de colores.

5. Retroalimentación:

Las actividades se desarrollan en espacio de confianza, en el que se logra la vinculación libre y autónoma del talento humano quien se encuentra laborando durante el día dentro de las instalaciones de la Comunidad de Cuidado.

A la primera sesión asistieron aproximadamente siete personas del equipo profesional, técnico y asistencial de la Comunidad de Cuidado, sesión en la que se hizo énfasis en la movilidad articular y el estiramiento.

Las sesiones dirigidas específicamente al equipo de servicios primarios realizados los días 24 y 25 de enero tenían como objetivo principal fortalecer a partir del estiramiento muscular de espalda, durante la sesión la profesional en Fisioterapia también realiza sensibilización con relación al cuidado de si mismo y el manejo adecuado de cargas que implica su actuar frente al cuidado de las personas mayores de la Comunidad de Cuidado.

La sesión de arte terapia realizada en el marco de la reunión mensual tuvo como objetivo principal aportar desde un espacio de tranquilidad en el cuidado emocional del talento humano, hizo una exploración de la creatividad grafica en cada uno de ellos, generándose un espacio de relajación desde el arte.

El talento humano en general a considerado de importancia contar con espacios propios que permitan aplicar las estrategias de cuidado y autocuidado, sensibilizándose frente a la importancia de un proceso de envejecimiento activo.

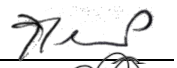
6. Compromisos:

| Compromisos | Responsables | Fecha de Ejecución |
|---|---|---|
| No se refieren | | |

CONVOCATORIA. No se refiere

Se adjunta listado de asistencia.

En constancia de lo anterior firman:

| Nombres y Apellidos | Cargo o Tipo de vinculación | Dependencia | Firma |
|---|---|---|---|
| Rina Milena Castillo | Psicóloga | CCC Tierra de Sol |  |
| Raquel Pinto | Coordinadora | CCC Tierra de Sol |  |

Anexos: registro fotográfico - Planilla de asistencia

Elaboró: Rina Milena Castillo Pardo

PAUSAS ACTIVAS







25 ene. 2024 4:06:06 p. m.
8C-38 Calle 185a Bis
Usaquén
Bogotá

ARTETERAPIA






| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL<br>FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA | Código: FOR-GD-023<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo 12023023863 - 14/08/2023<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|

1. Tema: Pausa Activa Cuidando el Cuidador 2. Lugar: COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL 3. Fecha y hora: 11/01/2024 Hora: 10:20

| 4. Ítem | 5. Nombres y Apellidos | 6. Documento de identidad | 7. Entidad o Dependencia | 8. Rol / Cargo | 9. Planta / Contratista | 10. Correo electrónico | 11. Teléfono y Ext. / Celular | 12. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Yuo Rueda | 1014211342 | CCC Tierra del Sol | Tec SA | Contratista | myo2032@gmail.com | 3112544683 | |
| 2 | Fair Yancy Castrillon | 52371846 | C.C.C Tierra del sol | fisiote | contratista | docfairyancy@gmail.com | 3108830501 | |
| 3 | Luisa Fda Leon M | 1030526655 | CCC Tierra del Sol | Gerontologa | Contratista | lafeonmercado@gmail | 3188032343 | |
| 4 | Jennifer MIRANDA | 1024505004 | CCC Tierra del Sol | Tec. G.D. | Contratista | jennyderoso@gmail.com | 314 4429567 | |
| 5 | Glor I. Goró Z | 51905W | CC Tierra del Sol | Ar - O | contratista | coluclopedagogia | 3165296672 | |
| 6 | Kelly Liliana Villafañe H. | 1090405364 | Tierra del Sol | Terapeuta Ocupacional | CONTRATISTA | kelly7@gmail.com | 3004175006 | |
| 7 | Rina Castillo | 37625973 | CCC Tierra | Pedagoga | Contratista | rmcastillop@gmail.com | 3132429720 | |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | |

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<br>FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA | Código: FOR-GD-023<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo 12023023863 - 14/08/2023<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|

1. Tema: Cuidando al Cuidador 2. Lugar: COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL 3. Fecha y hora: 19/01/2024 Hra: 12:00

| 4. Ítem | 5. Nombres y Apellidos | 6. Documento de identidad | 7. Entidad o Dependencia | 8. Rol / Cargo | 9. Planta / Contratista | 10. Correo electrónico | 11. Teléfono y Ext. / Celular | 12. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Fair yancy castrillon | 52371846 | C.C.C Tierra del sol | fisiot | contratista | dofairyancy@gmail.com | 3108830411 | |
| 2 | Cleo D Tono D | 3101051 | CCC Tierra del sol | Ay T.O | contratista | ostulcepeda@gmail.com | 3165246672 | |
| 3 | Martha C Arteta | 32875126 | CCC Tierra del sol | Nutricion | contratista | martha.arteta23@gmail.com | 3007941416 | |
| 4 | Andrea Ramirez | 1012110077 | CCC Tierra del sol | Aux enfermera | contratista | andreyaser12@gmail.com | 3232269241 | Andrea R |
| 5 | Deimer Ariza | 1032167369 | Tierra del sol | Enfermero | contratista | | 3002173266 | |
| 6 | Brandi Reyes Chacon | 1072197286 | CCC Tierra Sol | enfermero | contratista | juliaraley@gmail.com | 3147209471 | Brandi K. |
| 7 | Aide Ayu | 1032962247 | CCC Tierra del sol | Aux Enfermera | contratista | adcepeda@gmail.com | 3134172220 | Aide Ayu |
| 8 | Jhohana Goetra | 1116456234 | CCC Tierra del sol | Aux enfermera | contratista | jhohana.goetra@Gmail.com | 3124033396 | Jhohana |
| 9 | Noreidy Garcia | 1072197286 | CCC Tierra del sol | Aux. Enfermera | contratista | norcidy1034@gmail.com | 3202012661 | Norcidy MG |
| 10 | Camila Rodriguez | 1033814741 | CCC Tierra del sol | AUX Enfermera | contratista | Camilarodriguezmendoza360@gmail.com | 3102968942 | |
| 11 | IVON HERNANDEZ | 53094637 | CCC Tierra del sol | Aux enfermera | Contratista | ivanhernandez1985@gmail.com | 3196048942 | IVON H. |
| 12 | Monica vargas | 51973747 | CCC Tierra del sol | Aux. Enfermera. | contratista. | vargasmonica211.@gmail.com. | 3013737732. | monicavc. |
| 13 | CarolinaAlarcon | 1030537824 | CCC Tierra del sol | AUX Enfermera | Contratista | lafortezaser@hotmail.com | 3227121504 | CarolinaAlarcon |
| 14 | Karen Reyes Torres | 1000988030 | CCC del Tierra Sol | servicios Generales | contratista | Kr61259@gmail.com | 3119399880 | Karen Reyes |
| 15 | Luisa Fda Leon Mercado | 1030526655 | CCC Tierra del sol | Gerontologa | Contratista | lfleonmercado@gmail.com | 3188328448 | |
| 16 | Nathanaelalfaro | 1090083564 | Tierra del sol | T.O | CONTRATISTA | Nathanaelalfaro@gmail.com | 3004485006 | |
| 17 | Jennifer MIRANDA | 1024555004 | CCC Tierra del sol | GD | Contratista | Jenny.jenco30@Gmail.com | 314 4420567 | |
| 18 | Raquel Patricia Sanchez | 52200787 | CCC Tierra del sol | coordinadora auxiliar | contratista | raquelar721@gmail.com | 3138173953 | |
| 19 | Viviana Ramirez | 32190970 | CCC Tierra del sol | Enfermera | contratista | 1/1/1980210@hotmail.com | 3228280710 | |
| 20 | Heny Johanna Gomez | 52883785 | Tierra del sol | Profesional Enfermería | Contratista | mjgomez5a@hotmail.com | 3133666600 | |

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<br>FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA | Código: FOR-GD-023<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo 12023023863 - 14/08/2023<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|

1. Tema: Cuidando al Cuidador 2. Lugar: COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL 3. Fecha y hora: 19/01/2024 Hora: 12:00

| 4. Ítem | 5. Nombres y Apellidos | 6. Documento de identidad | 7. Entidad o Dependencia | 8. Rol / Cargo | 9. Planta / Contratista | 10. Correo electrónico | 11. Teléfono y Ext. / Celular | 12. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Palmera Prieto | 1016031808 | Tierra del Sol | Aux Enfermera. | Contratista | graadosaoza@gmail.com. | 3212023618 | |
| 2 | Riña Castillo | 3102597 33 | Tierra del Sol | Profesional | Contratista | [illegible] | 3132249720 | |
| 3 | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | |

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<br>FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA | Código: FOR-GD-023<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023<br>Página: 1 de 1 |
|---|---|---|

1. Tema: Cuidando al Cuidador 2. Lugar: COMUNIDAD DE CUIDADO TIERRA DEL SOL 3. Fecha y hora: 24/01/2024 Hora: 3:00 pm

| 4. ítem | 5. Nombres y Apellidos | 6. Documento de identidad | 7. Entidad o Dependencia | 8. Rol / Cargo | 9. Planta / Contratista | 10. Correo electrónico | 11. Teléfono y Ext. / Celular | 12. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Jhohana Guerra | 1126456231 | CCC Tierra del sol | Aux Enfermera | Contratista | Jhohanaguerrapun@gmail.com | 3124037341 6 | |
| 2 | IVON HERNANDEZ | 53094677 | CCC Tierra del sol | AUX enfermero | Contratista | Ivonhernandez1985@gmail.com | 3196804892 | IVON H. |
| 3 | Diana Mendoza | 1072131122 | CCC Tierra del sol | Aux Enfermera | contratista | [illegible] | 3178312553 | Diana M. |
| 4 | Aida Ojeda | 1022962247 | CCC Tierra del sol | Aux enfermera | contratista | aduenegaq@gmail.com | 3174122222 | Aida Ojeda |
| 5 | Jeimer Arizaga | 1003266589 | Tierra del sol | Enfermero | contratista | jeimerarizaga@gmail.com | 3005213266 | |
| 6 | Luz Rumualdo | 1007828 E | Tierra del sol | Enfermera | Contratista | [illegible] | 3147840062 | |
| 7 | fair yancy castrillon | 52371846. | CCC Tierra del sol | fisioterapia | contratista | docfairyancy@gmail.com | 3108890094 | |
| 8 | Kina Milena Cano | 37025973 | CCC Tierra del Sol | Psicologa | Contratista | rmcastillo@gmail.com | 3132124720 | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | |

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: 1 | |
| Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 | |
| Página: 1 de 1 | |

1. Tema: Pausas Activas / Cuidando A/C 2. Lugar: CCC Tierra del Sol 3. Fecha y hora: 25/01/2024 Hora. 4:00 pm

| 4. Ítem | 5. Nombres y Apellidos | 6. Documento de identidad | 7. Entidad o Dependencia | 8. Rol / Cargo | 9. Planta / Contratista | 10. Correo electrónico | 11. Teléfono y Ext. / Celular | 12. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Gregorio Pulido | 79133390 | CCC Tierradelsol | Aux Enfermeria | contratista | gregpul7421@Hotmail.com | 3112099459 | |
| 2 | Yudi valero | 52285957 | CCC tierra delsol | Aux Enfermeria | contratista | yuder385@gmail.com | 3028684377 | |
| 3 | Camila Rodriguez | 1033814791 | CCC Tierradelsol | Aux Enfermeria | contratista | | 3102968842 | |
| 4 | Diana Mendez | 1023931126 | CCC Tierradelsol | Aux Enfermeria | contratista | | 3178312553 | |
| 5 | [illegible] | 79864489 | CCC Tierradelsol | Aux enfermeria | Contratista | [illegible] | 3223284220 | |
| 6 | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | |
| 11 | | | | | | | | |
| 12 | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | |
| 14 | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | |
| 16 | | | | | | | | |
| 17 | | | | | | | | |
| 18 | | | | | | | | |
| 19 | | | | | | | | |
| 20 | | | | | | | | |

tamiento 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 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.