ACTA N° 239

FECHA: Bogotá, 10 de mayo de 2024

HORA: 11:00 a.m.

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 – Pausas Activas

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, contando con el apoyo de auxiliar de enfermería quien esta realizando su proceso de profesionalización en Cultura Física, recreación y deporte, esta actividad se oriento a la realización de procesos de estiramiento, relajación y espacios de recreación.

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:

Para el presente mes se ejecutó una sesión dirigida al talento humano, actividad apoyada técnicamente por auxiliar de enfermería quien se encuentra realizando su profesionalización en Cultura Física, recreación y deporte actividad orientada a la adaptación cardiovascular, el fortalecimiento muscular, la socialización y el disfrute reduciendo los riesgos tanto físicos como emocionales que genera la carga de trabajo.

La sesión se realizó el día 10 de mayo actividad a la que asistió parte del equipo administrativo y equipo profesional y equipo técnico asistencial, la actividad se orientó específicamente en estiramiento muscular con el fin de disminuir la tensión generada por cargas, posteriormente se realizó actividad lúdico-recreativa y finalizo con actividad de relajación

4. Materiales

Sonido

Música

5. Retroalimentación

La actividad se desarrolla 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 sesión asistieron aproximadamente 20 personas del equipo profesional, técnico y asistencial quienes autónomamente se vincularon a la pausa activa.

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.

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Ninguno		

CONVOCATORIA. Ninguna

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Rina Milena Castillo	Psicología	CCC Tierra del Sol	
Raquel Pinto	Coordinación	CCC Tierra del Sol	

Anexos: se adjunta lista de asistencia – registro fotográfico

Elaboró: Rina Milena Castillo Pardo

REGISTRO FOTOGRAFICO

PAUSAS ACTIVAS





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: Cuidando al Cuidador. 2. Lugar: CCC Tierra del Sol 3. Fecha y hora: 10/05/2024 Hra: 11:30am

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	Gloria A Gaviria R	51610541	CCC Tierra del Sol	AUXILIAR	Contratista	gloriaceptelmun	3163296672	
2	Carolina Alarcon	1130533984	CCC Tierra del Sol	Aux enfermera	Contratista	laferiente@hotmail.com	3227025CA	Carolina Alarcon
3	Fair Yancy Castrillon	52371846	CCC Tierra del Sol	Fisioterapia	contratista	dofairyancy@gmail.com	3108830001	
4	Jenny Villamil	79615790	CCC Tierra del Sol	T. OCUPACIONAL	Contratista	villamilbolaños169@	3215819757	
5	Oscar Guillen C.	1020	CCC Tierra del Sol	TS.	Contratista	@yahoo.com.	3203638241	C. G.
6	Yurom Valdes S.	52543001	A.C.C.C Tierra del Sol	Aux. Enfermeria	Contratista	lizzedardocorrea 123@gmail.com.	3222379692	
7	Angela Santamaria R	52075303	CCC Tierra del Sol	Equite	Contratista	arsanfer@hotmail.com	3178142424	
8	Loreth Jaramillo Lafaurett	1090608364	CCC Tierra del Sol	T. OCUPACIONAL	CONTRATISTA	lmjaramillo@gmail.com	3204478006	
9	Norida Garcia	1014904133	CCC Tierra del Sol	AUX. ENFERMERIA	contratista	noridagarcia@gmail	3202012664	
10	Liliana Ramos	52	Ccc tierra del sol	auxiliar enfer.	contratista		3228280870	
11			CCC TIERRA DEL SOL	AUX. ENFERMERIA	CONTRATO		3223881213	
12	Priscilla Romero	1088	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermera	Contratista		3202842530	
13	Luz Bayona	39425557	CCC Tierra del Sol	AUX enfermeria	contratista		3208665546	
14	Diana Londoño	1023931196	CCC Tierra del Sol	Aux de Enfermeria	contratista		3178312203	
15	Diego Ruiz	1072995404	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermera	contrato		3224377735	
16	Andrea Ramirez	1012410077	CCC tierra del sol	Aux enfermera	contratista	andrerta3812@gmail.com	3232269241	
17	IVON HERNANDEZ	53094631	CCC Tierra del sol	AUX Enfermera	Contratuta	Ivonhernandez1985@gmail.com	3196604892	IVON H
18	Monica Vargas	51975747	CCC tierra del sol.	AUX Enfermera.	Contratista.	vargasmonica21@gmail.com	3013737732.	
19	Karen Reyes Torres	1000688030	CCC Tierra del Sol	AUX enfermera	Contratista	Kr61259@gmail.com	3118349880	Karen R.
20	Raquel Ruth Sanchez	52200787	CCC Tierra del Sol	coordinadora	Contratista	raquelartzi@gmail.com	3138173953	

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: Cuidando al Cuidador 2. Lugar: CCC Nueva Ilusión 3. Fecha y hora: 10/05/2023 Hora: 11:00 a

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	Yudi Velelo	52285952	CCC Tiempo del	AUX Enfer	contratista	yudi 383 @ gmail.com	3028584578	
2	Rosa Castillo	37025938	CCC Nueva Ilusión	Portera	Asistente	[illegible]	3132293720	
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.