Fecha de ejecución:	17	01	2026		
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Villa Kennedy				
Componente de Atención:	Estilo de vida saludables				
Línea de Atención:	Buenas prácticas de envejecimiento			Profesional a cargo:	David Gonzalo Rua Flor
Nombre de la actividad:	Biblioteca de vida, Prevención de enfermedades, La Dislipidemia				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

- Concientizar a las a las personas mayores sobre la importancia de identificar y controlar los niveles de grasas en la sangre para mejorar su calidad de vida y prevenir enfermedades del corazón.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Explicar de forma sencilla qué son las dislipidemias y por qué el colesterol no siempre es "el villano".
- Identificar los hábitos cotidianos que elevan las grasas en la sangre.
- Promover acciones prácticas en la alimentación y el movimiento diario para mantener niveles saludables

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	convocaremos a las personas mayores a pasar al salón de talleres a participar de la actividad a cargo de enfermería sobre la Dislipidemia y una vez reunidos informaremos el objetivo de la actividad el cual es Concientizar sobre la importancia de identificar y controlar los niveles de grasas en la sangre para mejorar su calidad de vida y prevenir enfermedades del corazón promoviendo estilos de vida saludables.
MOMENTO CENTRAL	Continuaremos con la explicando el tema definiendo la dislipidemia en palabras simples, es cuando tenemos demasiada grasa en la sangre (colesterol y triglicéridos). Imagine que sus arterias son tuberías de agua. La dislipidemia es como si el agua llevara un exceso de grasa que, con el tiempo, se pega a las paredes de los tubos, dificultando el paso del líquido y pudiendo llegar a taparlos por completo. Causas: No hay un solo culpable, generalmente es una mezcla de factores como la alimentación: Exceso de frituras, embutidos, pan dulce y grasas de origen animal. Falta de movimiento: Pasar mucho tiempo sentados o sin caminar, la edad y Genética: Con los años, al cuerpo le cuesta más procesar las grasas. Hábitos: El tabaquismo y el consumo excesivo de alcohol.3 Síntomas Aquí está el mayor peligro: la dislipidemia es silenciosa. No duele, no marea ni da avisos claros hasta que el problema es grave (como un infarto o un derrame). Por eso, la única forma de saber cómo estamos es mediante un examen de sangre.
MOMENTO FINAL	La dislipidemia es controlable. El tratamiento se basa en tres pilares: Alimentación: Menos "paquetes" y más comida real (frutas, verduras, legumbres y pescado). Actividad Física: Caminar 30 minutos al día a un ritmo constante. Medicamentos: Si el médico receta estatinas u otros fármacos, es vital no suspenderlos sin previo aviso. Se buscará la participación activa de las personas mayores permitiéndoles realizar preguntas y preguntándoles sobre qué cambios en el estilo de vida creen puede ayudar a la salud

RECURSOS

MATERIALES: Televisión, Sillas y Mesas	HUMANOS: - Personas Mayores - Talento Humano

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

En esta charla taller implementamos material visual con ayuda del televisor del salón de talleres, logramos una participación activa de las personas mayores pues se mostraron interesados he hicieron preguntas en el tiempo de la charla y también compartieron casos conocidos relacionados con el colesterol alto.

Se anexa FOR-PSS-525 Formato listado ingreso al servicio y asistencia a las actividades, en actividad No. 1, con 34 personas mayores participantes.







PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 2
Fecha: Memo 12024018223 - 05/07/2024
Página: 1 de 2

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO VILLA KENNEDY
Fecha: 17 - 01 - 2026
Nombre del coordinador: MARCELA ACOSTA PULIDO
Jornada: Día: X Noche:
Nombre de quien registra el ingreso: Romer Mauricio Ruiz Marin

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: Daira Lis	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: Lideres programa Enganchemos	LINEA:	LINEA:	LINEA:
1	CC	17119202	Alvaro	Mendoza Mendoza			Si			
2	CC	13835367	Bernardo	Silva Lopez			Si			
3	CC	3987495	Victor Manuel	Sandoval Sandoval			Si			
4	CC	19230241	Ariel	Ramos			No			
5	CC	19351241	Alvaro	Moreno			Si			
6	CC	19375317	Luis Alberto	Rizo Espitia			Si			
7	CC	19187804	Jairo Antonio	Rivera Cortes			Si			
8	CC	19080959	Luis Gonzalo	Carrazco Bernal			Si			
9	CC	79120218	Carlos Arturo	Malaver Pongutá			Si			
10	CC	93343403	Guillermo	Cupitra			Si			
11	CC	1001600755	Carmen Aura	Mejia Soto			Si			
12	CC	4570533	Jesus Elias	Betancur Marin			Si			
13	CC	19201796	Antonio	Cadavid Quintero			Si			
14	CC	19113965	Jose Vicente	Salgado Garnica			Si			
15	CC	51749459	Rosa Ines	Rivero Mora			No			
16	CC	19262597	Manuel Humberto	Huertas			Si			
17	CC	20491970	Maria Horalia	Casallas Chaves			Si			
18	CC	19292263	Luis Alfredo	Bernal Salamanca			Si			
19	CC	17109006	Fersen Adelio	Cuesta			Si			
20	CC	19384241	Jose Fabel	Vargas Anzola			Si			
21	CC	19274106	Pedro Pablo	Gonzalez Urrea			Si			
22	CC	41797143	Maria Rosalba	Castañeda Garcia			Si			
23	CC	17117296	Miguel	Rivera Gutierrez			Si			
24	CC	19329343	Rafael	Diaz			Si			
25	CC	19223533	Victor Julio	Fonseca Rubio			No			
26	CC	19272061	Ignacio Eliseo	Cuellar Moreno			Si			
27	CC	51804602	Dilma Irene	Campo Martinez			Si			
28	CC	1026589934	Roosevelt	Hernandez Rojas			Si			
29	CC	17583353	Victor Manuel	Roberto Corredor			Si			
30	CC	19353880	Luis Alberto	Muñoz Mora			Si			

Powered by CamScanner

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-325
Versión: 7
Fecha: Memo (2024018223 - 05/07/2024
Página: 7 de 7

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO VILLA KENNEDY
Nombre del coordinador: MARCELA ACOSTA PULIDO
Nombre de quien registra el ingreso: Ronier Mauricio Ruiz Marin

Fecha: 17 - 01 - 2026
Jornada: Día: X Noche:

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: David Ruiz	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenos Practicantes de Emprendimiento	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:
31	CC	19339800	Edgar Ernesto	Parrillo Baron			Si			
32	CC	4250344	Jose Anaraco	Melgarejo Mojica			Si			
33	CC	19372435	Jaime	Martinez Machado			Si			
34	CC	7245763	Alfonso	Ramirez Terezo			Si			
35	CC	10217183	Ramiro	Arango Orozco			Si			
36	CC	19311459	Nestor Alfonso	Bogota castillo			Si			
37	CC	41680700	Maria Lucia	Ramirez Rojas			Si			
38	CC	19259563	Orlando	Urbe Rojas			No			
39	CC	79681732	Omar	Rodriguez Bernardo			No			
40	CC	19103597	Jose Manuel	Hernandez Hernandez			No			
41	CC	19118491	Fernando	Wilches Moreno			No			
42	CC	19446060	Gonzalo	Chavez Zorro			No			
43	CC	19307327	Carlos	Marin Hernandez			No			
44										
45										
46										
47										
48										
49										
50										
51										
52										
53										
54										
55										
56										
57										
58										
59										
60										

Powered by CamScanner