Lugar	COMUNIDAD DE CUIDADO GOLONDRINAS
Fecha	26 DE FEBRERO 2026 HORA INICIO 10.00 HORA FINAL 10.20
Tema	MOVILIZACIÓN Y CAMBIOS DE POSICIÓN
Desarrollo	**Objetivo general** Garantizar la movilización segura y los cambios de posición adecuados del paciente encamado, con el fin de prevenir complicaciones físicas, favorecer el confort, mantener la integridad de la piel y promover el bienestar general del paciente. **Objetivos Específicos** • Prevenir la aparición de úlceras por presión mediante cambios posturales periódicos y adecuados. • Favorecer la circulación sanguínea y la oxigenación tisular a través de una correcta movilización del paciente. • Mantener o mejorar la movilidad articular y el tono muscular, evitando rigidez, contracturas y atrofia muscular. • Promover el confort físico y la correcta alineación corporal del paciente durante su permanencia en cama. • Disminuir el riesgo de complicaciones respiratorias y digestivas asociadas a la inmovilidad prolongada. Aplicar técnicas seguras de movilización que protejan tanto al paciente como al cuidador o profesional de salud. **METOLOGIA** **1.** Invitacion a la Capacitación presencial primer momento Se realizo invitación al personal de turno a participar en la capacitación 2. Verificación asistentes Se verifica la participación de los auxiliares que se encuentran de turno

3.Desarrollo del Contenido

Se realiza la capacitación de Movilizacion y cambios de posición al personal de Enfermería los días 9,10,18,22,24 de Febrero del 2026 relacionado asi:

9-Febrero 2026 responsable jefe Aura Alarcon
10- Febrero 2026 responsable jefe Diana Milena Ochoa
18- Febrero 2026 responsable jefe Janneth Zambrano
22- Febrero 2026 responsable jefe Aura Alarcon
24- Febrero 2026 responsable jefe Janneth Zambrano
26- Febrero 2026 responsable jefe Aura Alarcon

Se da inicio a la capacitación dando a conocer la definición de la movilización y los cambios de posición son cuidados básicos y fundamentales que consisten en mover, girar o cambiar la postura del paciente encamado**,** con el objetivo de prevenir complicaciones, mejorar su comodidad y favorecer su recuperación.

Importancia

La inmovilidad prolongada puede generar múltiples problemas de salud. Por eso, estos cuidados permiten:

- Prevenir úlceras por presión
- Mejorar la circulación sanguínea
- Evitar rigidez articular y atrofia muscular
- Reducir complicaciones respiratorias y digestivas
- Aumentar el confort y bienestar del paciente
- Mantener una alineación corporal adecuada

Principales cambios de posición en cama

- Decúbito supino
  Paciente acostado boca arriba. Permite descanso y valoración general.
- Decúbito lateral (derecho o izquierdo)
  Paciente recostado de lado. Muy importante para prevenir úlceras por presión.
- Decúbito prono
  Paciente boca abajo. Se usa en casos específicos y bajo supervisión.
- Posición Fowler
  Cabecera elevada (45–60°). Facilita la respiración y la alimentación.

Posición Semi-Fowler
Cabecera elevada (30–45°). Favorece el confort y la oxigenación

.

Frecuencia de los cambios de posición

- Se recomienda realizar cada 2 horas, o según indicación médica.
- Debe ajustarse al estado de salud y tolerancia del paciente.

Principios de una movilización segura

- Explicar el procedimiento al paciente
- Mantener alineación corporal correcta
- Usar almohadas o cojines de apoyo
- Evitar movimientos bruscos
- Proteger la espalda del cuidador
- Fomentar la participación del paciente si es posible

Uso del Reloj para los cambios de posición

Se indica al personal de Enfermería la importancia del reloj el cual es clave Para recordar los cambios de posición evitando complicaciones como ulceras por presión.

Revisión Cefalocaudal posterior a egreso por estancia hospitalaria

Se les indica al personal de Enfermería que toda vez que la persona mayor salga para medio hospitalario se debe especificar como esta el estado de la piel a su vez se les indica que una vez la persona mayor egrese del medio Hospitalario se verifique de forma cefalocaudal en especial el estado de la piel y registrar de forma si presenta algún tipo de lesión ulcera entre otros y notificar de inmediato.

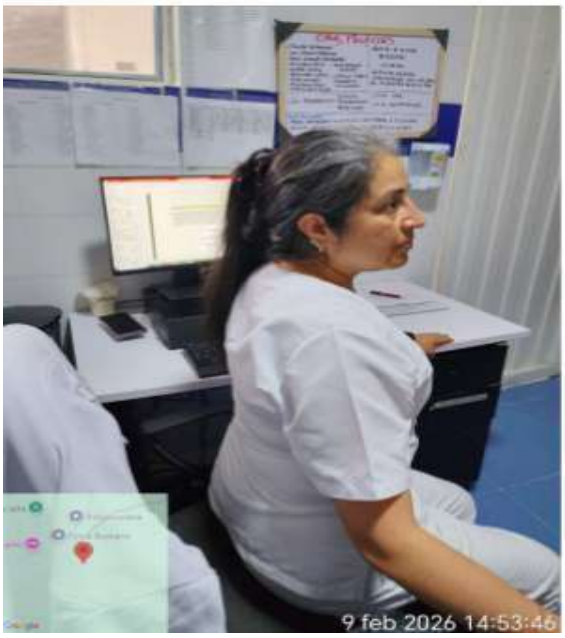



Decúbito Supino
Decúbito Lateral
Posición de Fowler
Posición de Sims
RémaPaz


QUE BENEFICIO GENERA
CADA CUANTO SE REALIZAN
1
2
3
4
5
6
RémaPaz

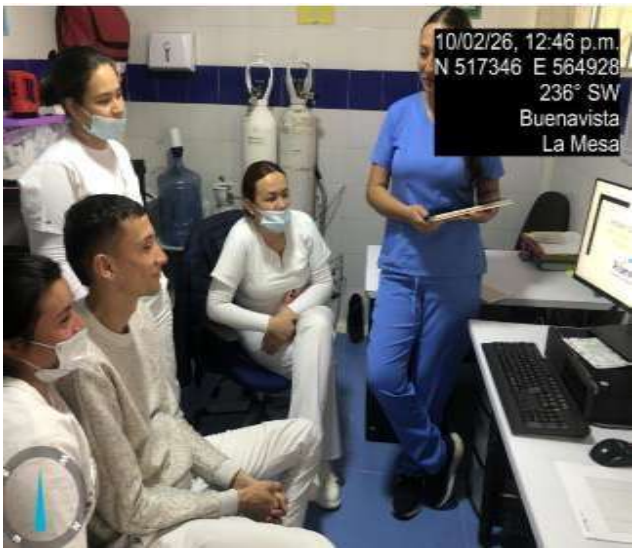

•Decúbito Lateral (izquierdo/derecho):
• Función: Alternar entre lado izquierdo y derecho es crucial para liberar la presión en la zona del sacro y la espalda.
• Puntos clave: Colocar una almohada en la espalda para mantener la postura, otra entre las piernas para evitar roces, y asegurar que el hombro no quede atrapado debajo del cuerpo.
RémaPaz

9-Febrero 2026





10 Febrero-2026





	22-Febrero-2026  

24-febrero-2026





26-02-2026





	Se anexa Planilla de asistencia		
Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Realizar los cuidados de la piel por medio de los cambios de posición según reloj	Todo el personal	Según necesidad
Próxima reunión	Según cronograma		
Elaboró	Aura Janeth Alarcon-Diana Milena Ochoa –Janneth Zambrano		

Se anexa lista de asistencia

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Movilización y cambios de oficina 2. Lugar o Localidad o Sede: 3. Fecha y hora: 9-02-2016 Inicio 14:53 Final 15:05

4. Nombre responsable: Ana Arrion 5. Dependencia responsable: Enfermería

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Paula Rodriguez G	cc	1069407401	Subdirectora	Aux Enfermería	Contratista	paularodriguezg0139@gmail.com	3228566997	Paula Rodriguez
2	Gina Alejandra Camilo	cc	1022969372	Subdirectora	Aux Enfermería	Contratista	chd-aleor@hotmail.com	3135970416	Gina Camilo
3	Maria del Carmen Gallego C	cc	1026635777	Subdirectora	Aux Enfermería	Contratista	mariagallego014@hotmail.com	3107503058	Maria del Carmen Gallego
4	Ubanna Milena Perez V.	cc	1014186860	Subdirectora	Aux enfermería	Contratista	milenaperez3238@gmail.com	3332389907	Milena Perez
5	Yolanda Guilca-T	cc	1072129449	Subdirectora	Aux Enfermería	contratista	migletg.1@hotmail.com	3224151253	Yolanda G
6	Ana Janneth Arrion	cc	52293915	Coordinadora	Enfermera jefe	contratista	anajanneth@gmail.com	3103419809	
7	Alvaro Ferney Castro	cc	93401365	Subdirectora	Coordinador	contratista	alvaro.castro3365@hotmail.com	3212476165	
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Movilizacion y Cambios de Posicion 2. Lugar o Localidad o Sede: Gobondrinas 3. Fecha y hora: 10 - 02 - 2026

4. Nombre responsable: Diana Milena Ochoa Enfermera JEFE 5. Dependencia responsable: Enfermeria

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de Identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	[illegible]	CC	1007627556	Gobondrinas	Aux Enfermeria	Contratista	[illegible]@gmail.com	3241898679	
2	Jeimy Lizeth Bricero	CC	1073429660	Gobondrinas	Aux enfermeria	Contratista	Jeimy0321@hotmail.com	3208815680	
3	Thayerly Arias C.	CC	1073429923	Gobondrinas	Aux enfermeria	Contratista	mayerlyarias08.@gmail.com	3132176537	
4	Doris Pereira Martinez	CC	1073427893	Gobondrinas	Aux Enfermeria	Contratista	Pereiradoris93@gmail.com	3138751628	
5	Diana Milena Ochoa	CC	53036936	Gobondrinas	Enfermera	Contratista	Dimi8a@hotmail.com	3138897843	
6	Alvaro Fermey Castro	CC	93401395	Gobondrinas	Coordinador	Contratista	ccgobondrinas9863@hotmail.com	3212426165	
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido pueda generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Pausa activa y cambios de posición 2. Lugar o Localidad o Sede: 3. Fecha y hora: 18-07-2025 INICIO 1230 12 45

4. Nombre responsable: Jaeth Lambrano 5. Dependencia responsable: Enfermera Jefe.

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de Identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Jaeth Viviana Ortiz	CC	1061364976	Sol. Andinos	Aux Enfermería	Contratista	Jeyd.vivianaortiz@gmail.com	3223546593	Viviana Ort.
2	Lina Paola Gallegano Moreno	CC	1073152596	CC Sol. Andinos	Aux Enfermería	contratista	Paola0321estrada@gmail.com	3074694714	Paola Gallegano
3	Carlos Mario Ramirez	CC	1192775435	CC Sol. Andinos	Aux Enfermería	Contratista	mariocarlosmario466@gmail.com	3044654876	Carlos Mario
4	Alvaro Yepez Castro	CC	93401395	Sol. Andinos	Coordinador	contrato	[illegible]	3212476165	
5	Jaeth Lambrano	CC	1090446674	Sol. Andinos	Enfermera	contrato	carlua69@gmail	3163050	
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido pueda generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 2 Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024 Página: 2 de 3

1. Tema: Vacunación y cambios de rotación 2. Lugar o Localidad o Sede: 3. Fecha y hora: 29 02 24 JAICO 1900
4. Nombre responsable: Ana Alarcon 5. Dependencia responsable: Enfermería final 18:10

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de Identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Edwin Valero	CC	1077920533	CC Colsanitas	Auxiliar Enfermería	contratista	Edwin.jaicio@gmail.com	3145594638	Edwin Valero
2	Cristhiam Bohorquez	C.C	79065239	CC Colsanitas	Auxiliar Enfermería	contratista	cristhiambotiz@gmail.com	3138478090	
3	Lizeth Juranci Suarez	CC	1073731652	CC Colsanitas	Aux. Enfermería	contratista	lizethjuranci@gmail.com	3247913754	
4	Ana Janneth Alarcon	CC	52293915	CC Colsanitas	Enfermera	Contratista	anajanneth@gmail.com	3103419809	
5	Alvaro Ferney Castro	CC	93401305	Colsanitas	Conductor	contrato	[illegible]	3212476165	
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales."En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me han informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de forma saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código:	FOR-GD-023
Versión:	2
Fecha:	Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página:	1 de 1

1. Tema: Novedades y cambios Postura 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Gobernantes 3. Fecha y hora: 24-Enero-2025 Inicio 10:55. Final 11:20

4. Nombre responsable: Jineth Zambrano 5. Dependencia responsable: Enfermería

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Miguel Angel Pinto T	CC	1069[illegible]	CC Gobernantes	Aux Enfermería	Contratista	Pinto.ltda.miguel@gmail.com	3112947963	Miguel Pinto
2	Ronal Fabian Aguilar	CC	1072427[illegible]	CC Gobernantes	Aux Enfermería	Contratista	[illegible]	3232309153	Ronal R.
3	Gloria Judith Zambrano	CC	1090446[illegible]	Gobernantes	Enfermera	Contratista	[illegible]	3163058890	
4	Alvaro Ferney Castro	CC	93401395	Gobernantes	Coordinador	Contratista	[illegible]	3212476165	
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido pueda generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código	D-023
Versión	
Fecha	[illegible] I2024018963 - 12/07/2024
Página	1 de 1

1. Tema: Movilización de paciente y Combios de posición
2. Lugar o Localidad o Sede: CC Colondrinas
3. Fecha y hora: 26-02-2026 Inicia: 10:00 Final: 10:20
4. Nombre responsable: Aura Janneth Alarcón
5. Dependencia responsable: Enfermería

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de Identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Lizeth Johana Hernandez C	CC	1075255880	CC Colondrinas	Aux Enfermería	Contratista	Johanacasagrande@hotmail.com	3208160994	Johana H
2	Erica Andrea Jimenez	CC	1072070501	CC Colondrinas	Aux Enfermería	Contratista	Andreajimenez16@gmail.com	3213745553	Andrea J.R
3	Yina Mitchell Calderon	CC	1007134481	CC Colondrinas	Aux Enfermería	Contratista	mitchellcalderon17.8@gmail.com	3227300890	[illegible]
4	Aura Janneth Alarcón C	CC	52293915	CC Colondrinas	Enfermera	Contratista	auraj janneth@gmail.com	3103419809	Aura Alarcón
5	Alvaro Fernley Castro	CC	93401395	Colondrinas	Coordinador	contratista	ccgaitanyrinas9663@outlook.com	3212426165	[illegible]
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.