	PROCESO: PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-XXX
		Versión:
	FORMATO: REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES	Fecha:
		Página: 1 de 1

DOCUMENTO NO CONTROLADO

1. Unidad Operativa: GRATITUD

2. Componente: ATENCION INTEGRAL

3 Eje de Atención: CUIDADO INTEGRAL

3.1 Linea de Atención: CUERPO Y MENTE

4. Nombre de la actividad: SAL Y AZUCAR

5. Fecha de ejecución: 9 | 9 | 2021 al 9 | 9 | 2021

6. Profesional a cargo de la actividad: NUTRICIONISTA- CLAUDIA PEÑATE

7. OBJETIVO GENERAL

Favorecer el mantenimiento de las capacidades de autocuidado habilidades cognitivas y fisicas mediante acciones interdisciplinarias a traves de actividades de la vida diaria, orientadas a fortalecer en las personas mayores un envejecimiento activo y sano.

7.1 . OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Incentivar en la ingesta de alimentos saludables sanos
2. Incentivar la reduccionn de azúcar
3. Incentivar la reducción de sal.

8. PLANEACION

Invitación a la participación del taller programado y saludo a todas las personas mayores .
Por medio de un videolúdico se proyectará y realizará la explicación de todos los problemas qie acarrea el consumor alto en azíucares y sodio.

9. DESARROLLO

Se da incio a la actividad con un saludo cordial y presentación de laa profesional a cargo.
Luego se procede a presentar la metodologia estipulada para el desarrollo del encuentro, como primer tema la socialización de manera magistral se empieza a indagar con las personas mayores sobre lo que ellos conocen de los grupos de alimentos, si alguna vez han escuchado hablar de ellos? para ellos cual es el grupo de alimentos ms importante? cuales grupos de alimentos consumen todos los días?.
Luego de estas respuestas se procede a aproyectar un video en you tube donde se explica muy detalladamente los grupos de laimentos que causan la diabetes que son los altos en azúares y los hipertensión que son los que contienen altos en sal y el beneficio de consumirlos a diario para mantener la salud y el estado nutrucional adecuado. Se dice que cada grupo de alimentos cuenta a su vez con una clasificación, los alimentos plásticos o formadores, los alimentos energéticos y los alimentos reguladores. Los primeros son los que proporcionan sustancias imprescindibles tanto para la formación como para la conservación de nuestra estructura física.
Cereales, carbohidratos, frutas y verduras, proteinas, grasas, azúcares y lácteos.

Se realiza un pequeño debate de lo que las personas mayores consideren saludable y lo que realmente es saludable para ellos.

10. EVALUACIÓN

La actividad programada se llevó a cabo con agrado y satisfacción debido a que las personas mayores se mostraron receptivas y participativas con el tema tratado, lograron aclararse muchas dudas que se tenían por parte de las personas mayores y fueron sensibilizados en la importancia de los beneficios para la salud y el estado nutricional de ellos.

11. RECURSOS

Computador
Televisor
Sillas

12. EVIDENCIAS

Adjunto registro fotografico

Claudia Peñate
13. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato

Disneyla Diaz
14. Nombre y firma del Coordinador

15. Nombre y firma personas mayores

Escaneado con CamScanner