	PROCESO: PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO: REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES	Código: P08-PSS-XXX Versión: Fecha: Página: 1 de 1

DOCUMENTO NO CONTROLADO

1. Unidad Operativa: GRATITUD

2. Componente: ATENCION INTEGRAL

3. Eje de Atención: CUIDADO INTEGRAL

3.1 Línea de Atención: CUERPO Y MENTE

4. Nombre de la actividad: Consumo frutas, verduras y agua

5. Fecha de ejecución: 14 | 10 | 2021 al 14 | 10 | 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 físicas mediante acciones interdisciplinarias a través 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. Aumnetar consumo de frutas y verduras
3. Aumentar consumo de agua

8. PLANEACION

Invitación a la participación del taller programado y saludo a todas las personas mayores
Por medio de un videoludico se proyectará y realizará la explicación la importancia que tiene para nuestro cuerpo el consumo de agus, frutaas y verdurass como parte fundametail de nuestra alimentación.

9. DESARROLLO

Se da inicio 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, en donde en primer lugar se le explica a las personas mayores la temática del dia en donde lel tema va hacer super intersante y muy productivo paa ellos y su diario vivir.

Se proyecta un video donde expertos del tema aclaran las dudas del porque el agua, frutas y verduras son importantes para el buen y aducuado funcionamiento de nuestro cuerpo como por ejemplo: Para funcionar adecuadamente, todas las células y órganos del cuerpo la necesitan. Beber suficiente agua mantiene el equilibrio de los fluidos corporales, lo que ayuda a transportar nutrientes, regular la temperatura del cuerpo, lubricar las articulaciones, crear saliva y digerir la comida. y las frutas y verduras. Su ingesta al dia aporta vitaminas, sales minerales, antioxidantes y fibra; además es baja en calorías y favorece la eliminación de toxinas del organismo. "Las frutas y verduras aportan especialmente la vitamina A y C, son fundamentales para la prevención de enfermedades"
Se realiza un pequeño debate de lo que las personas mayores consideren saludable y lo que realmente es saludable para ellos.

10. EVALUACIÓN

La personas mayors estuiveron muy atentas e intersadas en el tema propuesto ya que no es un hábitoen que ellos consumir frutas, verduras y agua, desd ahóra en adeante se pondran en la tarea de ser mas juicioso con eso por saben lo importe qye es par nuestro cuerpo.

11. RECURSOS

Computador
Sillas
Televisor
Internet

12. EVIDENCIAS

Adjunto registro fotografico

Claudia Peñate 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

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha: 14 de octubre del 2021	Nombre de la Actividad: Aumento consumo, frutas, verduras y agua	Responsable: ND Claudia Peñate





