ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO: PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO: REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-XXX Versión: Fecha Página 1 de 1

DOCUMENTO NO CONTROLADO

1. Unidad Operativa:	COMUNIDAD DE CUIDADO GRATITUD
2. Componente:	ATENCIÓN INTEGRAL
3 Eje de Atención:	CUIDADO INTEGRAL
3.1 Línea de Atención:	CUERPO YU MENTE
4. Nombre de la actividad	ME QUIERO ME CUIDO/ TALLER CHEKLIST DE AUTOCUIDADO

5. Fecha de ejecución

1	4	2022	al	19	4	2022

6. Profesional a cargo de la actividad

Gerontologa Angela Maria Rico Pinilla

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. Generar un espacio Geronto-educativo reconocer el autocuidado y los elementos y su importancia en el proceso de envejecimiento.
2. Aplicar cheklist de autocuidado corporal y de auto cuidado integral.
3. Desarrollar brigada de autocuidado corporal a través de articulación con la escuela de belleza latinoamericana.

8. PLANEACION

Actividad la cual se desarrollará los días 1, 8 y 19 de abril en los horarios 10:30 am y 2:30 am en zona de comedor principal y terraza área cubierta.

1. Alistamiento de espacio y elementos para el desarrollo de la actividad. (Televisor, computador, sillas)
2. Invitación a las 50 personas mayores presentes en la comunidad, si desean participar de la actividad propuesta.
3. Ubicación de las personas mayores en el área asignada (comedor principal y terraza) para desarrollar la intervención conservando las condiciones mínimas requeridas de distanciamiento entre las personas mayores por la emergencia por Covid 19.
4. Saludo y Bienvenida
5. Desarrollo de la actividad.
6. Cierre y agradecimiento a todos los participantes

9. DESARROLLO

Se da inicio a la actividad el día 1 de abril con la brigada de autocuidado corporal la cual está centrada, en corte de cabello, manicure y pedicure. Se ubican las personas para corte en la zona de terraza área cubierta; para pedicure y manicure en la zona del comedor, en esta actividad se contó con la participación de las 50 personas mayores.

En la sesión del 8 de abril, liderada por la jefe de enfermería, se socializa instructivo de bioseguridad para la prevención, contención y mitigación del COVID – 19, a la persona mayor del en el Centro de Comunidad Gratitud. En donde se les brinda información, se les define palabras claves como: Lavado de manos, uso de tapa bocas, aglomeraciones, aislamiento, bioseguridad, COVID 19 y SARS-CoV-2. Se les brinda algunas recomendaciones generales, teniendo en cuenta el entendimiento adecuado para el adulto mayor como la desinfección de sillas de ruedas, caminadores, bastones. Y la suma importancia mantener permanentemente actualizados los planes de contingencia por COVID-19 y las medidas organizativas adoptadas, que deberán estar disponibles para cuando la autoridad sanitaria lo requiera. Medidas de autocuidado lavado de manos con agua y jabón, después de entrar en contacto con superficies que hayan podido ser contaminadas por otra persona (manijas, pasamanos, cerraduras), cuando las manos están visiblemente sucias, antes y después de ir al baño, antes y después de comer, después de estornudar o toser, antes y después de manipular el tapabocas, antes de tocarse la cara o realizar el manejo de sus alimentos, este debe durar mínimo 20 a 30 segundos. En esta sesión participan 23 personas mayores.

En la sesión del 19 de abril estuvo dividido en la mañana y la tarde en la mañana la actividad se realiza de forma didáctica en la cual por medio de sopas de letras identifican las palabras como higiene, cepillado, cambio de calcetines, lavado de manos, amor propio, cambio de ropa. En hora de la tarde a través de la presentación liderada por el área de gerontología se socializa la presentación en la cual se toma el termino autocuidado según Coppar y Dorotea Orem, y la relación que tiene con la promoción de la salud, puntualizando que el autocuidado es una conducta que se aprende y surge de la combinación de experiencias cognitivas y sociales. Así mismo se menciona que el autocuidado autoestima, autoconcepto y autodeterminación, aceptar responsabilidad de su autocuidado. Fue un ejercicio reflexivo el cual facilito identificar en que aspectos están afectados. Seguido se aplica la encuesta de autocuidado integral. En esta actividad participaron 35 personas mayores.

10. EVALUACIÓN

En el desarrollo de actividad denominada, cheklis de autocuidado, generar un espacio geronto-educativo, el cual facilito en las personas mayores identificar los hábitos de autocuidado desde la combinación corporal, cognitiva y social en el medio institucional y la implicación que tiene en el estado de salud.

Se contó con la participación total de 50 personas mayores en los tres encuentros.

11. RECURSOS

Materiales:
Televisor
Computador
Lápices
Hojas de sopa de letras

Talento humano:

Enfermera jefa

12. EVIDENCIAS

1.Registro fotográfico

Angela Maria Rico Pinilla

13. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato

Disheyla Diaz

14. Nombre y firma del Coordinador

Roberto Lopez

Ana Tulia Salazar

Omar Lopez

15. Nombre y firma personas mayores

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha: 19 de Abril 2022	Nombre de la Actividad: ME QUIERO ME CUIDO/ CHEKLIST DE AUTOCUIDADO	Responsable: Ángela María Rico Pinilla









REGISTRO FOTOGRÁFICO



