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 SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/ Modalidad/Estrategia: Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/ Lote/Zona: Hogar Nazareth Zipaquirá

1.2 Localidad: N/A 2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: CUIDADO INTEGRAL- CUERPO Y MENTE

1	4	2024	al	23	4	2024

2.2. Nombre del encuentro: ESTACIÓN DEL CUIDADO
1. VIDA SANA
2. GERONTOACTIVATE

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: ADRIANA RODRIGUEZ, MARTHA QUIROGA, ISMAEL CASTRO, GLADYS QUIÑONES y JENNY TORRES VARGAS.

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fomentar hábitos de vida saludable, autocuidado y promoción de un envejecimiento activo en las personas mayores a través de diferentes espacios que incidan en su bienestar y calidad de vida.

3.2. OBJETIVO ESPECÍFICO

*Promover en las personas mayores una cultura de autocuidado y de salud, a través de estrategias terapéuticas, lúdicas y pedagógicas., las cuales favorezcan bienestar, independencia y autonomía en la ejecución de sus actividades básicas de la vida diaria.

*Promocionar un envejecimiento activo y saludable en las personas mayores a través de espacios gerogógicos que contribuyan al mantenimiento de capacidades cognitivas y sensoriales existentes.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	*Organizar materiales y espacios para la actividad. *Convocar a las personas mayores para vincularlas en las actividades de la parada Gerontoactívate y Taller de vida sana. *Desarrollar la actividad en los diversos espacios propuestos por las áreas de enfermería, psicología y gerontología. 1. Actividad de Vida Sana proyectada para el 21 de abril. 2. Actividad Gerontoactivate, Cogniactivate proyectada para los días 4, 9, 16, 18 y 23 de abril. Senti2 proyectado para el 1 y 11 de abril.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**1. VIDA SANA** El 21 de abril se realiza el taller "Nuestro cuerpo, nuestra mejor actividad". Participantes 25 personas mayores. Se ubican a las personas mayores en el área del teatro donde se les dio un breve resumen frente al tema a tratar, se enfatizó en la presentación personal de forma diaria y continua, como también el ver que el envejecer es una experiencia positiva, promocionando un envejecimiento activo de calidad con responsabilidad para todos. Se refuerzan hábitos higiénicos adecuados, promoción de la salud, prevención de la enfermedad, la adherencia responsable al tratamiento farmacológico, el consumo adecuado de su plan alimentario e integrar la actividad física en su vida diaria. **2. GERONTOACTIVATE** **COGNIACTIVATE:** * El 3, 9, 16 y 23 de abril se realizó reconocimiento de sabores con 73 personas mayores reconocieron algunos sabor activando funciones cerebrales importantes y necesarias para el desenvolvimiento diario. Un alimento no sólo se caracteriza por su sabor, sino también por la suma del olor, textura y atractivo visual, que lo convierten en una experiencia integral, en este ejercicio las personas mayores logran evocar momentos, situaciones y lugares, relacionadas a experiencias de vida. * El 4, 12 y 15 de abril se realiza lectura en cuidados especiales y lectura individual de acuerdo a gustos e intereses de cada participante, esta actividad además aporta la conectividad cerebral, mejora la memoria y la concentración, al tiempo que estimula la creatividad y mejora la socialización.

	SENTI2: * El 1 de abril se realizó trabajo con las personas mayore que presentan disminución visual a través de la elaboración de tarros con cabuya, por el tacto se van guiando de acuerdo a la forma cilíndrica del material, siguiendo instrucciones con un buen desempeño durante la dinámica, se vincularon 6 personas. * El 11 de abril se hizo huerta con 12 personas mayores, con los cuales se arreglo la huerta y se sembró plantas de brocoli, lechuga, zuquini, guisantes, cilantro y espinaca. Este espacio permite estimular en los asistentes los sentidos de la vista, el tacto, el gusto y el oído a través del uso de las plantas, flores, tallos, plantulas, tierra, piedras, hojas y demás elementos, favoreciendo la exploración y captación de su entorno.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Al finalizar los encuentros se toma listado de asistencia, se socializa sobre lo aprendido y se recalca la importancia de mantenerse activos. 1. VIDA SANA, se llevó a cabo la actividad mediante acompañamiento y refuerzo según las necesidades de cada persona mayor mediante sesión de ejercicios de estiramiento en bicicleta estática/bandas elásticas y reflejo en espejo. 2. GERONTOACTIVATE, se finaliza cogniactivate con un buen manejo del material con adecuadas respuestas de acuerdo a los estímulos y senti2 se logró el trabajo de estimulación y percepción a través de los sentidos.

3.4.RECURSOS

* Espacio para desarrollar la actividad * Elementos sensoriales Sabores- elementos de la Huerta	* Revistas y libros, cartillas para colorear y colores

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

1. VIDA SANA: Las 25 personas mayores durante el desarrollo de la actividad las personas mayores mostraron agrado dando respuestas positivas durante el desarrollo de la misma, su comunicación fue asertiva, toleraron tiempo y lugar de la actividad. Las personas mayores identificaron la importancia de realizar estas actividades mensualmente ya que les brinda bienestar y confort en su salud.

2. GERONTOACTIVATE:
- En Cogniactivate, se realizaron 3 sesiones más de esta actividad, una de percepción de sabores y las otras dos de lectura. Estas actividades favorece en las personas mayores recordar, aprender y captar conocimientos que favorecen su desempeño institucional. No se realiza la sesión del 18 de abril, por cambio de programación de actividad de Redes. En total participaron 70 personas mayores.

- En la actividad Senti2 las 15 personas mayores estimulan sus sentidos a través de diversos materiales, manteniéndolos activos y orientados en la realidad. A través de la huerta aportan desde sus saberes el cuidado con la tierra y con la elaboración de objetos decorativos estimulan canales sensoriales y cognitivos.

Fecha de evaluación del encuentro: 23/04/2024

Nombre del profesional que evalúa: JENNY TORRES, MARTHA QUIROGA, ADRIANA RODRIGUEZ

En constancia firman

Olga P.

Olga Patricia Parra Arévalo
Coordinadora

1 Ernesto Muñoz V. 943.524

2 Guillermo Buitrago 2.302.294

3 Luis Antonio Barrera 19111069

Personas mayores

Powered by CamScanner

1. **VIDA SANA**


hogar nazareth
Timestamp Camera
21/04/2024 02:22 p. m. GMT-05:00
5.04131° N 73.94642° W


hogar nazareth
21/04/2024 02:30 p. m. GMT-05:00
5.04124° N 73.94644° W


hogar nazareth
Timestamp Camera
21/04/2024 02:18 p. m. GMT-05:00


hogar nazareth
Timestamp Camera
21/04/2024 02:29 p. m. GMT-05:00


hogar nazareth
TERAPIA FISICA
Timestamp Camera
21/04/2024 02:15 p. m. GMT-05:00
5.04135° N 73.94634° W

2. **GERONTOACTIVATE COGNIACTIVATE**
   Reconocimiento de sabores




3/4/2024 11:28 a. m.
Cundinamarca
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Zipaquira Cogniactivate


9/4/2024 1:19 p. m.
Cundinamarca
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Zipaquira Cogniactivate


16/4/2024 11:19 a. m.
Cundinamarca
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Zipaquira Cogniactivate


16/4/2024 11:21 a. m.
Cundinamarca
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Zipaquira Cogniactivate


ADISTA
23/4/2024 10:39 a. m.
Cundinamarca
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Zipaquira Cogniactivate


23/4/2024 10:40 a. m.
Cundinamarca
Comunidad de Cuidado Hogar Nazareth Zipaquira Cogniactivate

Lecturas


4/04/2024 9:58:20 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar Nazareth


Universidad
Externado
de Colombia
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN
FACULTAD DE FINANZAS, GOBIERNO Y RELACIONES INTERNACIONALES
PROGRAMAS
DOCTORADO
MAESTRÍAS
ESPECIALIZACIONES
FACULTAD DE FINANZAS, GOBIERNO Y RELACIONES INTERNACIONALES
4/04/2024 9:36:46 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar Nazareth
Gerontología


12/04/2024 10:12:16 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar Nazareth
Huerta


12/04/2024 10:48:15 a. m.
Hogar Nazareth
Huerta


15/04/2024 9:23:28 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar Nazareth


15/04/2024 9:25:50 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar Nazareth

SENTI2: *

Elaboración de tarros decorativos




1/04/2024 10:50:19 a. m.
Vía sin nombre
Cundinamarca
Hogar Nazareth
Gerontología

Huerta


11/04/2024 10:06:10 a. m.
Hogar Nazareth
Gerontologia


11 abr. 2024 9:39:42 a. m.
Cundinamarca
Hogar Nazareth-Zipaquira


11/04/2024 10:50:02 a. m.
Hogar Nazareth
Huerta