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: ___ Casa Santa María

1.2 Localidad: Suba

2. Linea: Cuerpo y Mente

2.1. Fecha de Ejecución:

1	8	2024	al	30	8	2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Exploremos nuestros sentidos (Gusto) 2. ABC del cuidado. 3. HABITAVD. 4. Terapia en movimiento para el Bienestar. 5. Vida sana y activa. 6. Vitalidad sin límites.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación:Diana Camila Varón Murcia - Psicóloga, Adriana Forero Sánchez – fisioterapeuta, María Mónica Pérez – jefe de enfermería, Sandra Corredor Gómez – Nutricionista, Monica Fernanda Robles Fonseca - Terapeuta Ocupaconal

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover la independencia y autonomía, la participación en actividad física, el cuidado de su salud y los cuidados en la alimentación en las personas mayores dentro de las dinámicas cotidianas en la Comunidad de Cuidado

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 y 2. Fomentar la autonomía de las personas mayores de manera adaptativa, en función de las demandas del entorno, promoviendo su participación e interacción en diversos contextos.

3. Sensibilizar a las personas mayores en la importancia de adquirir hábitos de vida saludable mediante el cuidado de la alimentación y promoción de la salud mental.

4. Fomentar la capacidad funcional en las personas mayores, por medio de actividades físicas y cognitivas que mejoren sus habilidades motoras, fortalezcan sus grupos musculares y faciliten la movilidad y salud cardiovascular, deterioradas a causa de enfermedades neurológicas y/o propias de su edad

5. Mejorar el compromiso en actividades físicas y cognitivas para personas mayores, mediante el refuerzo positivo y el apoyo interdisciplinario, con el fin de fortalecer sus habilidades y promover un envejecimiento saludable.

6. Fortalecer en la población la importancia de adoptar estilos de vida saludable y fomentar una cultura de la prevención de la enfermedad, y la responsabilidad individual sobre lel mantenimiento de la salud

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: EXPLOREMOS NUESTROS SENTIDOS (Gusto) (22/08/2024): Se realiza convocatoria para la ejecución de la actividad con las personas mayores, en donde se trasladan con apoyo al aula sensorial con el acompañamiento pertinente.

Actividad 2: ABC DEL CUIDADO Se realizaron actividades tanto grupales como individuales que en el marco del taller, se llevó a cabo un refuerzo integral en la realización de las actividades básicas cotidianas, con el objetivo de promover la autonomía y mejorar la calidad de vida de los participantes. Entre las actividades abordadas se incluyeron. 1. Realización del tendido de cama: Se proporcionaron estrategias para realizar esta tarea de manera eficiente y organizada, destacando la importancia de mantener un entorno ordenado para promover el bienestar y la comodidad. 2. Tendido de toallas: Se enseñaron métodos para doblar y colocar las toallas de forma sistemática, facilitando el acceso y la correcta conservación de estas prendas esenciales en el hogar. 3. Llevar la ropa sucia al lugar indicado: Se explicó cómo establecer una rutina para el manejo de la ropa sucia, incluyendo la ubicación y uso de cestas o recipientes apropiados, para fomentar un entorno doméstico ordenado y funcional. 4. Organización de espacios: Se ofrecieron técnicas para optimizar el espacio en el hogar, organizando objetos y áreas de manera que se facilite el acceso y el uso eficiente de cada rincón, reduciendo el desorden y promoviendo un ambiente más armonioso. Estas actividades no solo contribuyen al mantenimiento del hogar, sino que también desarrollan habilidades que refuerzan la independencia y la capacidad de los participantes para llevar a cabo sus tareas diarias con mayor eficacia. La intervención en estas áreas básicas busca fortalecer la autonomía personal y mejorar el bienestar general, proporcionando a los individuos herramientas prácticas para una vida diaria más organizada y equilibrada.

Actividad 3: HABITAVD En el marco de la terapia ocupacional, se realizan actividades tanto grupales como individuales enfocadas en la mejora de la higiene personal de las personas mayores. Durante estas sesiones, los participantes son dirigidos al baño, donde se lleva a cabo un programa estructurado que incluye la higiene mayor y menor, así como el proceso de vestirse. 1. Actividades Realizadas: Higiene Personal: Se refuerza la identificación y uso de los elementos del kit de aseo personal, asegurando que los participantes comprendan la función y el uso adecuado de cada elemento. Esto incluye productos como jabón, champú, y cremas, entre otros. Se presta especial atención a la correcta aplicación y manejo de estos productos para promover la autonomía y la higiene efectiva.2. Vestido: Se enseña y se refuerza el uso adecuado de la ropa y los accesorios en función del tiempo y el lugar. Esto implica una orientación específica sobre cómo elegir la ropa apropiada para diferentes situaciones y condiciones climáticas, así como cómo vestirse adecuadamente. 3. Apoyo Individualizado: Se proporciona apoyo específico a aquellos participantes que lo requieran, adaptando las estrategias y los métodos a sus necesidades individuales. Esto puede incluir la asistencia en la manipulación de los productos de higiene, el ajuste de la ropa, o el uso de técnicas de vestido adaptativas.

Actividad 4 **Terapia en movimiento para el Bienestar.** Para el mes de Agosto, cada sesión se inicia con la aplicación y ejecución de la técnica de Perfetti con el fin de realizar ejercicios y/o tecnicas de movilidad articular, reeducación postural y de integración sensorial que fomenten el estado funcional, sensorio cognitivo y socioambiental en las personas mayores que les favorezca en la capacidad funcional, la autosuficiencia o autonomía, manteniendo o restaurando la independencia en actividades de la vida diaria; acciones preventivas, correctivas o de mantenimiento artromiocinemático; para su independencia funcional, que mantengan y mejoren la movilidad y amplitud articular, habilidades motrices, higiene postural, propiocepción, equilibrio y coordinación, manejo de dolor, esquema corporal e integridad tegumentaria. Se iniciará con una primera fase de actividades y ejercicios de calentamiento generalizado en mecanoterapia, zonas verdes y /o en colchonetas.

	Actividad 5 **Vida sana y activa.** Para el mes de Agosto, cada sesión se inicia con ejercicios de movilidad articular y de equilibrio, luego se complementan con técnicas fisioterapéuticas para trabajo de funciones ejecutivas en las personas mayores para fomentar las habilidades motoras y cognitivas por medio de la neurorehabilitación, como herramienta complementaria para alcanzar diversos objetivos terapéuticos contribuyendo a un enfoque integral para el cuidado de la salud y la rehabilitación.
	Actividad 6. **Vitalidad sin limites.** Se realizará actividad grupal de prevención de la enfermedad y promoción de salud donde se presenta un video sobre la temática a abordar, posteriormente se realiza explicación de la temática y por último actividad de introspección y evaluación de la actividad.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1: EXPLOREMOS NUESTROS SENTIDOS (Gusto) (22/08/2024): La actividad se realiza por medio de actividad rompehielos para disminuir niveles de ansiedad en las personas mayores, asi mismo, se trabaja ambientando el lugar con musica instrumental iniciando con el muestreo de los estimulos que se utilizaran a lo largo de la actividad. Se evidencia el gusto por la actividad de algunos participantes, y la inconformidad de otros dado que se trabaja con sabores especificos como dulce, salado y amargo.
	Actividad 2: Durante los dias 7,9,12, 15,16, 20, 22, 23, 26, 29. ABC DEL CUIDADO. Esta actividad se desarrolla con el objetivo de promover y favorecer los procesos de independencia en la realización de las actividades de la vida diaria entre las personas mayores. A través de este enfoque, se busca mejorar su autonomía y calidad de vida al proporcionarles las herramientas y estrategias necesarias para llevar a cabo las tareas cotidianas de manera más efectiva y segura. Las principales áreas de enfoque incluyen: 1. Manejo del hogar: Se abordan actividades como la preparación de comidas, la organización de los espacios, y el mantenimiento del hogar. Se promueven métodos simplificados para la realización de estas tareas, adaptados a las capacidades individuales. 2. Movilidad y desplazamiento: Se trabajan técnicas para la movilidad segura dentro del hogar, incluyendo el uso de ayudas técnicas si es necesario, y se ofrece orientación sobre cómo prevenir caídas y manejar posibles riesgos en el entorno doméstico. 3. Gestión del tiempo y planificación: Se enseña a planificar y organizar el día de manera efectiva, estableciendo rutinas y horarios que faciliten la realización de las actividades diarias sin generar estrés ni sobrecarga. 4. Uso de dispositivos y tecnología: Se introducen herramientas tecnológicas que pueden asistir en la vida diaria, como recordatorios electrónicos, aplicaciones de salud, y dispositivos de comunicación, para apoyar la autonomía de las personas mayores.
	Actividad 3: Durante los dias 6, 7,8, 9, 12, 13,15, 21,23, 29. HABITAVD. En esta actividad requirieron de Comandos Verbales: Se utilizan instrucciones verbales claras y directas para guiar a los participantes en cada paso de las actividades. Los comandos verbales son reforzados de manera que sean comprensibles y motivadores y Soporte Visual: Se emplean ayudas visuales, como pictogramas o tarjetas de referencia, para complementar las instrucciones verbales. Estos recursos visuales ayudan a los participantes a recordar y seguir los pasos necesarios para completar las tareas de manera autónoma.
	Actividad 4: **Terapia en movimiento para el Bienestar.** La fase central del trabajo propuesto se enfoca en actividades terapéuticas enfocadas al fortalecimiento artromiocinemático. En la fase final se llevarán a cabo ejercicios de recuperación o vuelta a la calma, por medio de estiramientos dinámicos o estáticos y ejercicios respiratorios. * Cantidad: 14 sesiones en total realizadas en el mes de Agosto de 2024, realizadas los días martes y jueves; donde se llevan a cabo 2 actividades en el día en las fechas 1, 6, 8, 13, 22, 29 y los días 15, y 27 de Agosto se realiza una actividad. * Descripción de las actividades: Fomentar la capacidad funcional en las personas mayores, por medio de actividades físicas y cognitivas que mejoren sus habilidades motoras, fortalezcan sus grupos musculares y faciliten la movilidad y salud cardiovascular, deterioradas a causa de enfermedades neurológicas y/o propias de su edad. Se realiza desplazamiento de las personas mayores al gimnasio o sala Snoezelen para la realización de las actividades propuestas de tal manera que se inicia con un precalentamiento muscular de manera progresiva. Se realiza toma de signos vitales. Se inician actividades de pre calentamiento muscular por medio de mecanoterapia por 15 a 20 minutos con actividad en circuito y trabajo en colchonetas para movilidad articular. Se realizan ejercicios en colchoneta con balón terapéutica, balancín, aros para movimiento, mancuernas, rollos, bandas elásticas; utilizados para miembros superiores e inferiores, teniendo en cuenta los ejercicios establecidos para cada persona según sus patologías de base. Se Finaliza con ejercicios de estiramientos generalizados. * Participan 25 personas mayores: Agustín Amaya, Enrique Moreno, Michel Henao, Marina Niño, Alvaro Alvarez, Humberto Cardona, Jaime Ospina, Jorge Rojas, Julio Sabalza, Leonel Gonzalez, Luis Molina, María Gloria Ruiz, Maria del Rosario Saray, Martha Vanegas, Martha Murcia, Rafael Fernandez, Rosa Beltrán, Rosalba Escobar, Martha Machado, Jorge Guevara, Ana Corona Sastoque, Israel Suarez, Camilo Echeverry, María Ana Candela, Alvaro Vargas.

	Actividad 5 **Vida sana y activa.** * Cantidad: 13 sesiones en total realizadas en el mes de Agosto de 2024, realizadas los días lunes, miércoles y viernes; donde se llevan a cabo 2 actividades los días 12,14, 28, 30 de Agosto. Los días 5, 21 de Agosto se realiza una actividad en el día. y el día 9 se llevan a cabo tres sesiones en el día. * Descripción: ejercicios de lateralidad, la realización de ejercicios de memoria, atención y concentración en personas mayores logró tener un impacto significativo en su salud cognitiva, autonomía, prevención de enfermedades neurodegenerativas, estado de ánimo y estimulación mental. Estas actividades son fundamentales para promover un envejecimiento saludable y mejorar la calidad de vida en la tercera edad. Se realiza desplazamiento de las personas mayores al gimnasio o sala de estimulación Snoezelen para la realización de las actividades propuestas. Se llevan a cabo ejercicios de lateralidad, equilibrio, funciones ejecutivas, movimientos articulares, musicoterapia y coordinación. Realización de ejercicios para fortalecer en las personas mayores las funciones ejecutivas fomentando sus habilidades cognitivas superiores; las cuales van a favorecer en la planificación, organización, toma de decisiones, resolución de problemas y autorregulación. Se desarrollan ejercicios de cognición para evitar el deterioro cognitivo por el proceso de envejecimiento normal, por medio de actividades que promueven la memoria, atención y concentración. Ejecución de ejercicios que implican la planificación y organización de tareas, como la resolución de problemas o la secuenciación de actividades; las cuales pueden ayudar a las personas mayores a mejorar su capacidad para llevar a cabo actividades de la vida diaria de manera más eficiente. Actividades de habilidades motrices donde se logra interactuar directamente con las personas mayores trabajando técnicas psicomotrices, a través de estiramiento muscular y movilización articular activo dirigidos, donde se promueve la concentración y asociación con material didáctico para la comunicación y el lenguaje; lo cual permite una participación voluntaria y dirigida, logrando la interacción entre los mismos. Se Finaliza con ejercicios de estiramientos generalizados. * Participan 25 personas mayores: Agustín Amaya, Enrique Moreno, Michel Henao, Marina Niño, Alvaro Alvarez, Humberto Cardona, Jaime Ospina, Jorge Rojas, Julio Sabalza, Leonel Gonzalez, Luis Molina, María Gloria Ruiz, Maria del Rosario Saray, Martha Vanegas, Martha Murcia, Rafael Fernandez, Rosa Beltrán, Rosalba Escobar, Martha Machado, Jorge Guevara, Ana Corona Sastoque, Israel Suarez, Camilo Echeverry, María Ana Candela, Alvaro Vargas.
	Actividad 6. **Vitalidad sin límites.** salud mental, reposo y sueño. 1 actividad realizada el 21 de agosto con las personas mayores en el horario de la noche sobre reposo y sueño y salud mental, la relación entre estos dos factores en la calidad de vida de las personas, para ello en el momento de acostarse las personas mayores, se les realizan recomendaciones para tener un mejor patrón de descanso sueño, se disminuye el ruido, se dejan bien abrigados, se reitera importancia de una buena alimentación, adherencia a tratamiento farmacológico; se solicita a las personas que ven televisión en la noche manejar un volumen moderado, las personas se comprometen a implementar las recomendaciones.
IOMENTO INAL	Actividad 1: EXPLOREMOS NUESTROS SENTIDOS (Gusto) (22/08/2024): Al finalizar la actividad se realiza la retroalimentacion de los comportamientos evidenciados en la actividad, en donde se les indica la importancia de ver los cambios de expresiones emocionales al tener la presencia de los diferentes estímulos en el espacio en el cual se desarrollo la actividad.
	Actividad 2: ABC DEL CUIDADO. Al enfocarse en estas áreas, la actividad busca no solo mantener la independencia física y funcional, sino también fortalecer el bienestar emocional y la autoestima de las personas mayores. Al desarrollar habilidades para manejar sus propias actividades diarias, se fomenta un mayor sentido de control y satisfacción en su vida cotidiana.
	Actividad 3: HABITAVD. Durante la sesión, se observó que los participantes respondieron positivamente a las intervenciones. La combinación de refuerzos verbales y visuales facilitó la ejecución de las actividades, promoviendo una mayor independencia en la higiene personal. Se hizo evidente que este enfoque integrado es efectivo para optimizar la participación y el desempeño en las actividades de la vida diaria.
	Actividad 4 **Terapia en movimiento para el Bienestar.** En las actividades realizadas con las personas mayores se evidencia que se logra el maejo de acondicionamiento físico. Se resalta la participación de la persona mayor Michel Henao Se evidencia que para la prevención de enfermedades neurodegenerativas: Estudios han demostrado que mantener una mente activa a través de actividades cognitivas puede reducir el riesgo de desarrollar enfermedades como el Alzheimer o el Parkinson en personas mayores. Al estimular el cerebro de forma regular, se promueve la neuroplasticidad y se mantienen las funciones cognitivas en óptimas condiciones. Se resalta la participación de la persona mayor Gloria Ruiz. Hay mejora en la calidad de vida: las personas mayores al participar en actividades cognitivas y ejercicios de funciones ejecutivas tiene un impacto positivo en la calidad de vida. Al mantener la mente activa, se promueve la autonomía, la independencia y se fomenta un envejecimiento saludable y activo. Se resalta la participación de la persona mayor Rosa Beltrán. Se evidencia que mejora la coordinación y la agilidad mental: Al participar en la actividad cognitiva que requieran rapidez mental y agilidad, las personas mayores pudieron mejorar la coordinación y agilidad mental. Esto puede traducirse en una mejor capacidad para realizar tareas cotidianas de forma más eficiente y segura. Se resalta la participación de la persona mayor Martha Machado. Se evidencia que la estimulación para el aprendizaje por medio de las actividades cognitivas y ejercicios de funciones ejecutivas realizadas estimularon la capacidad de aprendizaje en las personas mayores, lo que les permite adquirir nuevas habilidades, conocimientos y experiencias. Esto puede resultar en un aumento de la motivación y la curiosidad por aprender cosas nuevas.

3.3.3. N F.	Actividad 5 **Vida sana y activa.** Para las actividades realizadas con las personas mayores se evidenció la mejora de la salud cardiovascular, ya que la actividad física en las personas mayores es fundamental para mantener un corazón sano y prevenir enfermedades cardiovasculares. Se fortaleció a nivel muscular y óseo, ya que el acondicionamiento físico en las personas mayores ayuda a fortalecer los músculos y los huesos, lo que pudo prevenir la pérdida de masa muscular y la osteoporosis. El ejercicio regular también contribuye a mejorar la postura y reducir el riesgo de caídas y fracturas en esta población. Se resalta la participación de la persona mayor Jorge Rojas. Se llevó a cabo para la mejora de la movilidad articular, por medio de ejercicios de movilidad articular para ayudar a mantener la flexibilidad de las articulaciones, prevenir la rigidez y mejorar la movilidad. Esto puede facilitar la realización de actividades cotidianas y reducir el riesgo de lesiones articulares. El ejercicio libera endorfinas, hormonas que actúan como analgésicos naturales y generan una sensación de bienestar y relajación. Se resalta la participación de la persona mayor María Rosario Saray. Se realizan ejercicios como prevención de la sarcopenia: La sarcopenia es la pérdida de masa muscular relacionada con la edad, que puede llevar a la debilidad, la fragilidad y la dependencia funcional en las personas mayores. El ejercicio de fuerza y resistencia puede prevenir la sarcopenia y mantener la musculatura en óptimas condiciones. Se resalta la participación de la persona mayor Ana Corona. Se llevan a cabo ejercicios para la mejora de la salud mental: lo que obtuvo beneficios en la salud mental, al reducir el riesgo de deterioro cognitivo, demencia y enfermedades neurodegenerativas. El ejercicio estimula la producción de neurotransmisores que mejoran el estado de ánimo y la función cerebral. Se evidencia la participación activa de la persona mayor Michel Henao.
	Actividad 6. Vitalidad sin límites. Se logra mejorar hábitos de higiene del sueño, concientizando a las personas mayores sobre la importancia de mantener un buen patrón de sueño, pero tambien realizar las acciones necesarias para respetar y ayudar a mantener el buen patrón de sueño de sus compañeros, en ello las personas que ven televisión hasta el horario permitido el manejo del volúmen, las personas que usan celular o radio, las personas que se despiertan constantemente, etc, para no interrumpir el sueño de sus compañeros. En ello se evidencia mejora en la conviviencia. Así mismo se refuerza en los auxiliares de enfermería las acciones para garantizar el buen patrón de sueño.

3.4.RECURSOS	
Se ponen los recursos utilizados para todas las actividades (general)	
Video Beam	Auxiliares de enfermería 1
Parlante	Profesional en psicologia 1
Sillas	Profesional en gerontología 1
Mesas	Profesional en enfermería 1
alimentos de diferentes sabores	Profesional en fisioterapia 1
Portátil	Profesión en nutrición 1
Pinturas	Porfesional el terapia ocupacional
Pinceles	Limpiones, splash aromatizado para ropa
Televisor	Elementos de ase corporal.
Juegos de mesa	
Sala de estimulación	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: EXPLOREMOS NUESTROS SENTIDOS (Gusto) (22/08/2024): Se ejecuta la actividad de acuerdo con las especificaciones del PAI, en donde se logra la participación de 9 personas mayores en el espacio del aula sensorial. Se logra aumentar nivel de motivación en los participantes al indagar el gusto e interes por la actividad. Como dificultad se evidencia que al iniciar la actividad las personas mayores requieren de refuerzo verbal para la ejecución de la actividad.

Actividad 2: ABC DEL CUIDADO. Se logro vincular a varias personas mayores en dode se evidencio que durante la sesión de terapia ocupacional, se llevaron a cabo refuerzos en la realización de actividades básicas de la vida diaria (ABVD), tales como el tendido de la cama, el secado y plegado de toallas, el transporte de ropa sucia al lugar correspondiente y la organización de los espacios. Estas actividades fueron seleccionadas con el objetivo de fomentar y fortalecer los procesos de independencia en las personas mayores. La actividad se diseñó para mejorar la capacidad de los participantes para llevar a cabo estas tareas de manera autónoma, contribuyendo así a su bienestar y calidad de vida. Se prestó especial atención a adaptar cada tarea a las necesidades individuales de los participantes, asegurando que las actividades fueran desafiantes pero alcanzables. Las sesiones se desarrolló sin complicaciones, con los participantes mostrando un alto nivel de alerta, actividad y receptividad. Este resultado positivo indica que las estrategias implementadas fueron efectivas y que los participantes están progresando en su capacidad para manejar las actividades cotidianas de forma más independiente. Se recomienda continuar con este enfoque y seguir monitoreando el progreso de cada individuo para ajustar las intervenciones según sea necesario, asegurando así una mejora continua en su autonomía y calidad de vida. Responsable: Monica Fernanda Robles Fonseca - Terapeuta Ocupacional.

Actividad 3: HABITAVD. Se logro vincular a varias personas mayores. Se evidencia que debe continuar promoviendo la autonomía y la competencia en las actividades de higiene personal, se sugiere seguir utilizando estrategias de refuerzo verbal y visual, ajustadas a las necesidades individuales de los participantes. Además, es importante realizar un seguimiento continuo por parte de Terapeuta Ocupacional y Enfermería para adaptar las intervenciones y asegurar la efectividad a largo plazo. Responsable: Monica Fernanda Robles Fonseca - Terapeuta Ocupacional.

.Actividad 4 **Terapia en movimiento para el Bienestar.**

Logros

Se logra fortalecer y crear sensibilización en las personas mayores en cuanto a su rangos de movilidad articular, fortalecer sus habilidades motoras, facilitando sus actividades de la vida diaria. Se logra incrementar su propiocepción, equilibrio y fases de la marcha para su independencia y autonomía.

• Dificultades

Pérdida de motivación y tolerancia en la permanencia de la actividad física.

• Soluciones implementadas

Apoyo interdisciplinario para continuar con la retroalimentación en refuerzos positivos para la participación en actividades propuestas.

.Actividad 5 **Vida sana y activa.**

• Logros

- Por medio de los ejercicios de asociación, funciones ejecutivas aplicados en las personas mayores en este mes, logra fortalecer sus habilidades cognitivas, motoras, de sensibilidad, su salud mental y de asociación. Estas actividades son fundamentales para promover un envejecimiento saludable y mejorar la calidad de vida en la tercera edad.

• Dificultades

- Pérdida de motivación y tolerancia en la permanencia de la actividad física.

• Soluciones implementadas

- Apoyo interdisciplinario para continuar con la retroalimentación en refuerzos positivos para la participación en actividades propuestas.

Actividad 6. **Vitalidad sin límites.** No se presentan dificultades en la ejecución de la actividad, sin embargo, se reciben 3 casos puntuales de personas que alteran inconcientemente el patrón de sueño de sus pares para lo cual se toman medidas con el apoyo de los auxiliares de enfermería de la noche y se informa a equipo sicosocial para abordar el caso de Silvia Mendoza por medio del pacto de convivencia. En general se evidencia mejor patrón de sueño de las personas mayores.

5. FIRMA DE PERSONAS MAYORES		
Actividad 1:	RAFAEL FERNANDEZ	80262421
Actividad 2:	VITALIA OYOLA RODRIGUEZ	41529710
Actividad 3:	MARTHA PATRICIA MACHADO	52730050
Actividad 4:	MARTHA AUCIA VANEGAS	41781528
Actividad 5:	MARINA NIÑO ROA	CC. 51567264
Actividad 6:	CAMILO ECHEVERRY	CC. 10082473

Fecha de evaluación del encuentro: 30/08/2024 Poner último día de la ejecución de la actividad 30/08/2024

Nombre del profesional que evalúa: Juan Carlos Rodriguez Bautista (coordinador).

REGISTRO FOTOGRAFICO CUERPO Y MENTE

ACTIVIDAD 1. EXPLOREMOS NUESTROS SENTIDOS 22/08/2024:



ACTIVIDAD 2. “ABC DEL CUIDADO”

* Durante el mes de agosto de 2024, se llevaron a cabo un total de 6 sesiones, combinando intervenciones individuales y grupales. Las sesiones se realizaron en las siguientes fechas: el 6 (con dos sesiones en ese día), el 7, el 8 (también con dos sesiones en esa fecha), el 9, el 12, el 13, el 15, el 21, el 23 y el 26. El enfoque principal de estas sesiones fue fortalecer la gestión y el mantenimiento del hogar. Se trabajaron aspectos esenciales para mejorar la organización, limpieza y funcionamiento general del entorno doméstico, con el objetivo de promover un hogar más ordenado y eficiente.



Ilustración 1 ABC DEL CUIDADO *día 7 de Agosto de 2024.*

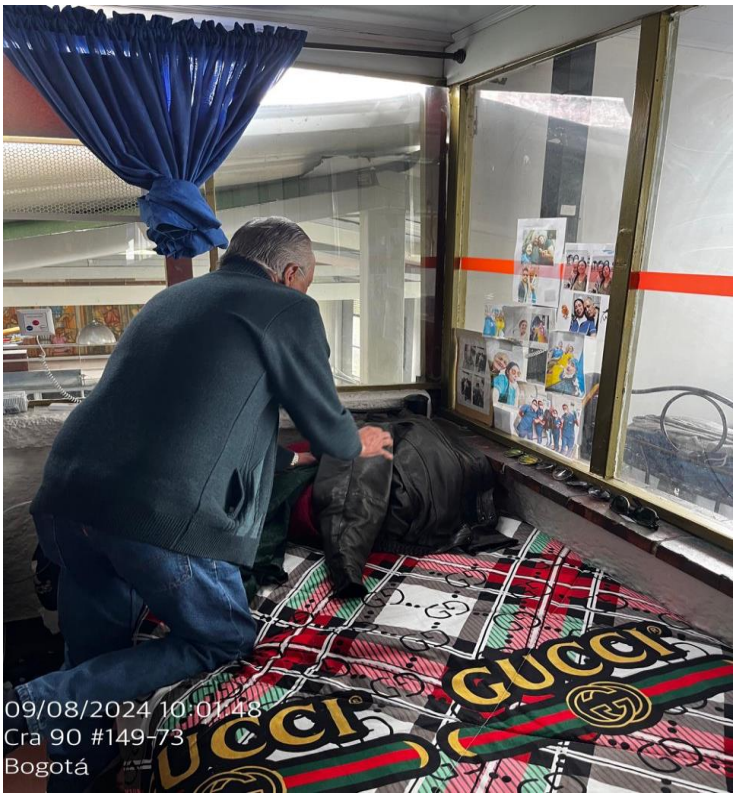


Ilustración 2 ABC DEL CUIDADO *día 9 de Agosto de 2024.*



Ilustración 3 ABC DEL CUIDADO *día 7 de Agosto de 2024.*



Ilustración 4 ABC DEL CUIDADO *día 20 de Agosto de 2024.*

ACTIVIDAD 3. “HABITAVD”

* Durante el mes de agosto de 2024, se llevaron a cabo un total de 6 sesiones, combinando intervenciones individuales y grupales. Estas sesiones se realizaron en las siguientes fechas: el 6 (donde se efectuaron dos sesiones), el 7, EL 8 (donde se efectuaron dos sesiones), el 9, el 12, el 13, el 15, el 21, el 23 y el 26 de agosto. En el transcurso de estas sesiones, se abordaron y fortalecieron aspectos clave relacionados con la higiene personal, incluyendo tanto la higiene menor como mayor. Además, se hizo énfasis en el uso adecuado de los elementos de aseo personal y en la correcta técnica de vestirse. Estas intervenciones tienen como objetivo mejorar las prácticas de higiene y promover una rutina de cuidado personal efectiva.



Ilustración 1 HABITAVD *día 9 de Agosto de 2024*



Ilustración 2 HABITAVD *día 13 de Agosto de 2024.*



Ilustración 3 HABITAVD *día 15 de Agosto de 2024.*



lustración 4 HABITAVD *día 21 de Agosto de 2024.*

ACTIVIDAD 4. "Terapia del Movimiento para el Bienestar":

* Cantidad: 14 sesiones en total realizadas en el mes de Agosto de 2024, realizadas los días martes y jueves; donde se llevan a cabo 2 actividades en el día en las fechas 1, 6, 8, 13, 22, 29 y los días 15, y 27 de Agosto se realiza una actividad.



Ilustración 1. ***Terapia de Movimiento para el Bienestar*** *día 01 de Agosto de 2024.*

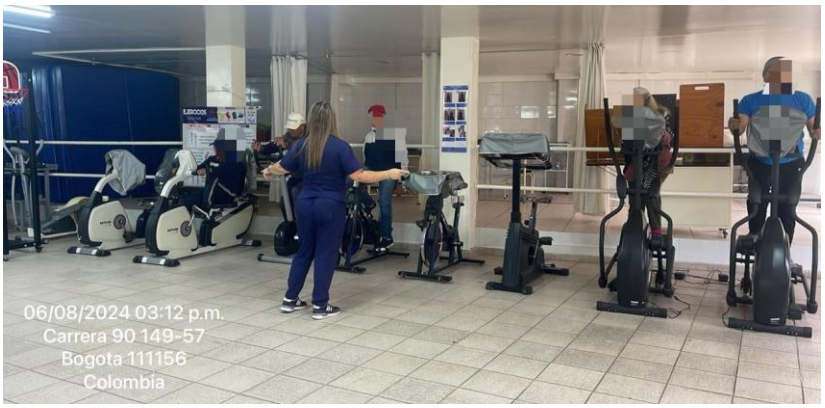


Ilustración 2. ***Terapia de Movimiento para el Bienestar*** *día 06 de Agosto de 2024.*



Ilustración 3. ***Terapia de Movimiento para el Bienestar*** *día 08 de Agosto de 2024.*



Ilustración 4. ***Terapia de Movimiento para el Bienestar*** *día 13 de Agosto de 2024.*



Ilustración 5. ***Terapia de Movimiento para el Bienestar*** *día 15 de Agosto de 2024.*



Ilustración 6. ***Terapia de Movimiento para el Bienestar*** *día 22 de Agosto de 2024.*



Ilustración 7. ***Terapia de Movimiento para el Bienestar*** *día 27 de Agosto de 2024.*



***Ilustración 8**. **Terapia de Movimiento para el Bienestar** día 29 de Agosto de 2024.*

ACTIVIDAD 5. “Vida sana y activa”

* Cantidad: 13 sesiones en total realizadas en el mes de Agosto de 2024, realizadas los días lunes, miércoles y viernes; donde se llevan a cabo 2 actividades los días 12,14, 28, 30 de Agosto. Los días 5, 21 de Agosto se realiza una actividad en el día. y el día 9 se llevan a cabo tres sesiones en el día.



***Ilustración 1 Vida sana y activa** día 05 de Agosto de 2024.*



Ilustración 2 Vida sana y activa *día 09 de Agosto de 2024.*



Ilustración 3 Vida sana y activa *día 12 de Agosto de 2024.*



Ilustración 4 Vida sana y activa *día 14 de Agosto de 2024.*



Ilustración 5 Vida sana y activa *día 21 de Agosto de 2024.*



Ilustración 6 Vida sana y activa *día 28 de Agosto de 2024.*



Ilustración 7 Vida sana y activa *día 30 de Agosto de 2024.*

ACTIVIDAD 6. VITALIDAD SIN LÍMITES. *21/08/2024*

