ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	12	MARZ	2026		
Unidad Operativa:	**Centro de Cuidado Transitorio Quiroga**				
Componente de Atención:	Imaginarios y practicas del envejecimiento				
Línea de Atención:	Buenas Practicas del Envejecimiento		Profesional a cargo:	Norma Constanza Quiroga Lopez	
Nombre de la actividad:	Auto Cuidado en Salud				

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Mantener y mejorar su calidad de vida, promoviendo la independencia, la autonomia y el bienestar integral en las personas mayores del Centro Transitorio Quiroga

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Preservar la autonomia funcional, ayudando a las personas mayores para que puedan realizar sus actividades diarias por si mismas.

Prevenir enfermedades y complicaciones, mediante habitos saludables, controles medicos y adherencia a los tratamientos de las personas mayores

Mantener la salud mental y emocional, evitando el aislamiento y promoviendo actividades sociales y recreativas en las personas mayores

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Siendo las 10:00 a. m., se invita cordialmente a las personas mayores a dirigirse al auditorio para participar en una charla sobre la importancia del autocuidado en salud, en el centro transitorio Quiroga, con el objetivo de fortalecer la prevención y promocion de la salud en el adulto mayor.
MOMENTO CENTRAL	Se realiza una charla a las personas mayores para orientarlos y empezar acciones su habitos: El autocuidado en salud en la persona mayor es el conjunto de acciones y decisiones que realiza una persona adulta mayor para cuidar su salud, prevenir enfermedades y mantener su bienestar físico, mental y social, de acuerdo con sus capacidades y necesidades. Esto incluye: Mantener una alimentación adecuada Realizar actividad física según su condición Cumplir con tratamientos médicos y controles de salud Cuidar su higiene personal Estar atento a cambios en su cuerpo o estado de ánimo Mantener relaciones sociales y actividades recreativas El autocuidado en la persona mayor significa participar activamente en el cuidado de su propia salud para conservar su independencia y calidad de vida el mayor tiempo posible.
MOMENTO FINAL	El autocuidado en la vejez permite a la persona conservar su autonomía el mayor tiempo posible, prevenir enfermedades y afrontar mejor los cambios físicos, emocionales y sociales propios del envejecimiento. Las personas mayores son receptivas con la imformacion y se dan cuenta que es importante cambiar esos habitos que no les ayudrana en su proceso de envejecimiento.

RECURSOS

Auditorio	Personas Mayores
Sillas	Edu. fisica
Mesas	Facilitador

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

El autocuidado en la persona mayor es fundamental para preservar su autonomía, dignidad y calidad de vida, ya que le permite mantener el control sobre sus actividades diarias y reducir el riesgo de dependencia, enfermedades y complicaciones. A través de su evaluación, mediante herramientas como el Barthel Index y la Lawton and Brody Scale, es posible identificar necesidades específicas y diseñar intervenciones oportunas que promuevan un envejecimiento activo y saludable. Asimismo, fomentar el autocuidado no solo beneficia al adulto mayor, sino que también disminuye la carga familiar y del sistema de salud, contribuyendo a un bienestar integral.
Siendo las 11:40 a.m. se da por terminada la actividad sin novedades. Nota: se adjunta formato listado ingreso al servicio asistencia a las actividades FOR-PSS-525


12 de marzo de 2026 9:20:15 a.m. GMT-05:00
#Carrera 24 # 33-07 Sur #Rafael Uribe Uribe


12 de marzo de 2026 9:19:42 a.m. GMT-05:00
#Carrera 24 # 33-07 Sur #Rafael Uribe Uribe


SENSORIAL
12 de marzo de 2026 10:28:29 a.m. GMT-05:00
#Carrera 24 # 33-07 Sur #Rafael Uribe Uribe


12 de marzo de 2026 10:28:15 a.m. GMT-05:00
#Carrera 24 # 33-07 Sur #Rafael Uribe Uribe


12 mar 2026 2:14:31 p.m.
24-45 Calle 33 Sur
Rafael Uribe Uribe
Bogotá, D.C.


12 mar 2026 2:14:17 p.m.
24-45 Calle 33 Sur
Rafael Uribe Uribe
Bogotá, D.C.

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DISTRITAL DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES	Código: FOR-PSS-525 Versión: 2 Fecha: Memo Memo I2024018223 - 05/07/2024 Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa:	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO QUIROGA
Nombre del coordinador:	LUISA CAMILA GARCIA ROJAS
Nombre de quien registra el ingreso:	JULIE PAULINE HOSPITAL GORDILLO

Fecha: 12-MAR-2026
Jornada: Día: X Noche:

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: NORMA QUIROGA	Nombre del Profesional: NORMA QUIROGA	Nombre del Profesional: JUANA RAMIREZ	Nombre del Profesional:
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: BUENAS PRACTICAS	LINEA: BUENAS PRACTICAS	LINEA: ACTIVIDAD SENSORIAL	LINEA:
1	CC	19288260	GUSTAVO	PICAJAN	PICAJAN		NO	NO	NO	
2	CC	91751984	MARIA TERESA	RODRIGUEZ BARRERA			SI	SI	NO	
3	CC	2258522	LUIS ERNESTO	BOBADILLA			NO	NO	NO	
4	CC	31400953	MARTHA LUCIA	POSSO FRANCO			NO	NO	NO	
5	CC	4354548	MANUEL ANTONIO	BOTERO			NO	NO	NO	
6	CC	4774276	ALDEMAR	ORTEGA			NO	NO	NO	
7	CC	17110949	TIBERIO	LOPEZ			NO	NO	NO	
8	CC	17115416	HECTOR JOSE	MARTINEZ AGUDELO			NO	NO	NO	
9	CC	41418881	HILDA MARIA	AYALA SORACA			SI	SI	SI	
10	CC	28013970	CECILIA	RUIZ GOMEZ			NO	SI	NO	
11	CC	17152792	ABELARDO DE JESUS	MORENO ZAPATA	NO FIRMA	SOLO CEDULA	NO	SI	NO	
12	CC	1020777193	XIOMARA	IBARGUEN MARTINEZ			NO	SI	NO	
13	CC	51784922	MARIA	CORREA			NO	NO	NO	
14	CC	2200587	JULIO	ARIZA			NO	NO	NO	
15	CC	3644897	LUIS EDUARDO	JIMENEZ MORALES			NO	NO	NO	
16	CC	6381954	HERIBERTO	SARMIENTO			SI	SI	NO	
17	CC	6055219	JOSE MARIA	RODRIGUEZ			NO	NO	NO	
18	CC	5810560	MIGUEL ANGEL	BARRERO TABERA			NO	NO	NO	
19	CC	19220991	DARIO	VALENCIA GOMEZ			NO	NO	NO	
20	CC	6079633	LUIS ALFREDO	GONZALEZ BERMUDEZ			NO	NO	NO	
21	CC	9511268	JUAN HERNANDO	GARCIA RODRIGUEZ			NO	NO	NO	
22	CC	14437916	MARIO ALBERTO	TABORDA			NO	NO	NO	
23	CC	17148858	JAIME	RUBIO			NO	NO	NO	
24	CC	6784404	LUIS CARLOS	CORREA RESTREPO			SI	NO	NO	
25	CC	17301879	LUIS OLIVERIO	MONTES LONDOÑO			SI	NO	NO	
26	CC	19083454	OLMEDO	RODRIGUEZ CEDIEL			SI	NO	NO	
27	CC	17186292	MARIO ENRIQUE	ESTRADA GONZALEZ			NO	SI	NO	
28	CC	19084635	JOSE LUIS	PEÑA BAEZ			SI	NO	NO	
29	CC	19140337	GERMAN	FAJARDO AZURE			NO	NO	NO	
30	CC	14990621	ALVARO	VARELA REYES			NO	NO	NO	
31	CC	19093995	CARLOS AUGUSTO	LUQUE MUÑOZ	CALM		SI	NO	NO	

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO: PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 2
Fecha: Memo Memo I2024018223 - 05/07/2024
Página: 1 de 1

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO QUIROGA — Fecha: 12-MAR-2026

Nombre del coordinador: LUISA CAMILA GARCIA ROJAS — Jornada: Día: X Noche:

Nombre de quien registra el ingreso: JULIE PAULINE HOSPITAL SURORIENTE

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del Profesional: NORMA QUICENA	Nombre del Profesional: JOANA QUICENA	Nombre del Profesional: JUANA RAMIREZ	Nombre del Profesional:
	TIPO						ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							LINEA: BUENAS PRACTICAS	LINEA: BUENOS PROCESOS	LINEA: ACTIVIDAD SOMOSCIAN	LINEA
32	CC	51745547	CONSUELO	FLOREZ MARTINEZ	NO FIRMA	SEGUN CEDULA	NO	NO	NO	
33	CC	19229566	ARMANDO ELIAS	GARZON JIMENEZ			SI	SI	NO	
34	CC	37241218	LUZ ALBA	VELLAR MELGAREJO			NO	NO	NO	
35	CC	35530270	ESTHER JULIA	GALVEZ			SI	NO	NO	
36	CC	28733442	GLORIA	ESTEVAN			SI	SI	SI	
37	CC	41538340	ANA ISABEL	FORERO ROA			NO	SI	NO	
38	CC	52388830	LINA	MENDEZ ORTEGA			NO	NO	NO	
39	CC	19217080	CAMILO EDUARDO	SAENZ CAMACHO			NO	NO	NO	
40	CC	19481499	CRISPULO AGAPITO	VELASQUEZ GARZON			NO	SI	NO	
41	CC	19267470	JULIO ROBERTO	NUMPAQUE SAAVEDRA			NO	SI	NO	
42	CC	19273084	ALVARO	VARON ACOSTA			NO	NO	NO	
43	CC	19210833	JORGE ENRIQUE	CARRANZA			SI	SI	NO	
44	CC	19278346	JESUS MARIA	CABRA			SI	NO	NO	
45	CC	19281886	GUSTAVO	VELANDIA VELASQUEZ			NO	NO	NO	
46	CC	19274598	ADELMO	TOLO JUA			NO	SI	NO	
47	CC	19275452	RAFAEL	LOPEZ RODRIGUEZ			NO	NO	NO	
48	CC	17319672	ALBERTO ANTONIO	MONTES LOMBANA			SI	NO	SI	
49	CC	3 1692833	LEONIDAS	VELANDIA AYALA			SI	NO	NO	
50	CC	19382597	CESAR ARNULFO	MARTINEZ NAVARRETE			NO	NO	NO	
51	CC	19395779	FABIO ADOLFO	RUEDA SUETA			NO	SI	NO	
52	CC	14245897	EMILIANO	VALCAN			SI	SI	NO	
53	CC	41435720	ESCOLASTICA	BECNAL RUIZ			SI	SI	SI	
54	CC	41519388	MELIDA	LOMBANA			SI	SI	SI	
55	CC	17173937	EDGAR MILTON	CAICEDO AUGUSTO			NO	NO	NO	
56	CC	19067162	JAIME	FACTAN DIAZ			NO	NO	NO	
57	CC	19359471	MANUEL	SANCHEZ ROJAS			NO	NO	NO	
58	CC	1026589934	ROOSEVELT	HERNANDEZ ROJAS			NO	SI	NO	
59	CC	19213743	WALDIRE GIOVANNI	AGUILAR PAEZ			SI	NO	NO	
60	CC	21229503	ALBA INES	MONTES LOMBANA			NO	SI	SI	
61	CC	19234319	ALFREDO	MALAGON			NO	NO	NO	
62	CC	3339508	LUIS EDUARDO	CASTELLON VALLEJO			NO	NO	NO	