| | |
|---|---|
| Lugar | COMUNIDAD DE CUIDADO GOLONDRINA |
| Fecha | 15 de Mayo del 2026 Hora Inicio 9:27 am Hora finalizo:9 :55 |
| Tema | Infección Respiratoria Aguda(IRA) |
| Desarrollo | Descripción del contenido del temario (temas y subtemas) tema<br><br>1.**INFECCION RESPIRATORIA AGUDA, IRA:**<br><br>Definición, manifestaciones clínicas y manejo<br><br>**2: objetivo general**<br><br>Brindar educación a equipo multidisciplinario y personal de salud sobre la prevención, identificación de signos de alarma y cuidados básicos frente a la Infección Respiratoria Aguda (IRA), promoviendo el autocuidado y la consulta oportuna a los servicios de salud.<br><br>**METOLOGIA**<br><br>La actividad educativa se desarrollará mediante una metodología participativa, dinámica y reflexiva, orientada a fortalecer los conocimientos del personal de salud y promover prácticas preventivas frente a la Infección Respiratoria Aguda (IRA)..<br><br>**1. Inicio de la actividad**<br><br>• Bienvenida y presentación del tema.<br>• Exploración de conocimientos previos mediante preguntas orientadoras sobre IRA, prevención y signos de alarma.<br><br>Desarrollo del tema>: Infección Respiratoria Aguda<br><br>**2. Desarrollo del Tema**<br><br>Se realizará exposición verbal apoyada con material educativo visual carteleras abordando:<br><br>• Concepto de IRA.<br>• Factores de riesgo.<br>• Medidas de prevención.<br>• Signos y síntomas frecuentes.<br>• Identificación de signos de alarma.<br>• Cuidados básicos y consulta oportuna. |

**QUÉ ES LA IRA?**

La IRA es una infección que afecta las vías respiratorias y generalmente es causada por virus o bacterias

Puede transmitirse mediante:

- Tos o estornudos
- Contacto con personas enfermas
- Manos contaminadas

Cambios bruscos de

temperatura

**FACTORES DE RIESGO EN EL ADULTO MAYOR**

Las personas mayores tienen más riesgo de presentar complicaciones cuando:

- Fuman o estuvieron expuestas al humo
- Tienen enfermedades crónicas
- No cuentan con vacunas al día
- Presentan desnutrición
- Permanecen en lugares cerrados y poco ventilados

**MEDIDAS DE PREVENCIÓN**

- Lavarse las manos frecuentemente
- Cubrir boca y nariz al toser o estornudar
- Usar tapabocas si hay síntomas gripales

- Mantener la casa ventilada
- Evitar humo de cigarrillo
- Limpiar superficies frecuentemente

- Consumir frutas y verduras
- Tomar suficiente agua
- Mantener una buena alimentación

**Vacunación**

Es importante aplicarse:

- Vacuna contra influenza
- Vacuna contra neumococo
- Refuerzos indicados por el personal de salud

**SÍNTOMAS MÁS FRECUENTES**

**Síntomas leves:**

- Tos
- Congestión nasal
- Dolor de garganta
- Estornudos
- Malestar general
- Fiebre leve

**Síntomas de alarma:**

- Dificultad para respirar
- Respiración rápida
- Hundimiento de costillas al respirar
- Fiebre persistente
- Color morado en labios o uñas
- Mucha somnolencia o confusión
- Dolor en el pecho
- Imposibilidad para comer o beber

Si se presentan estos signos, se debe acudir inmediatamente al servicio de salud.

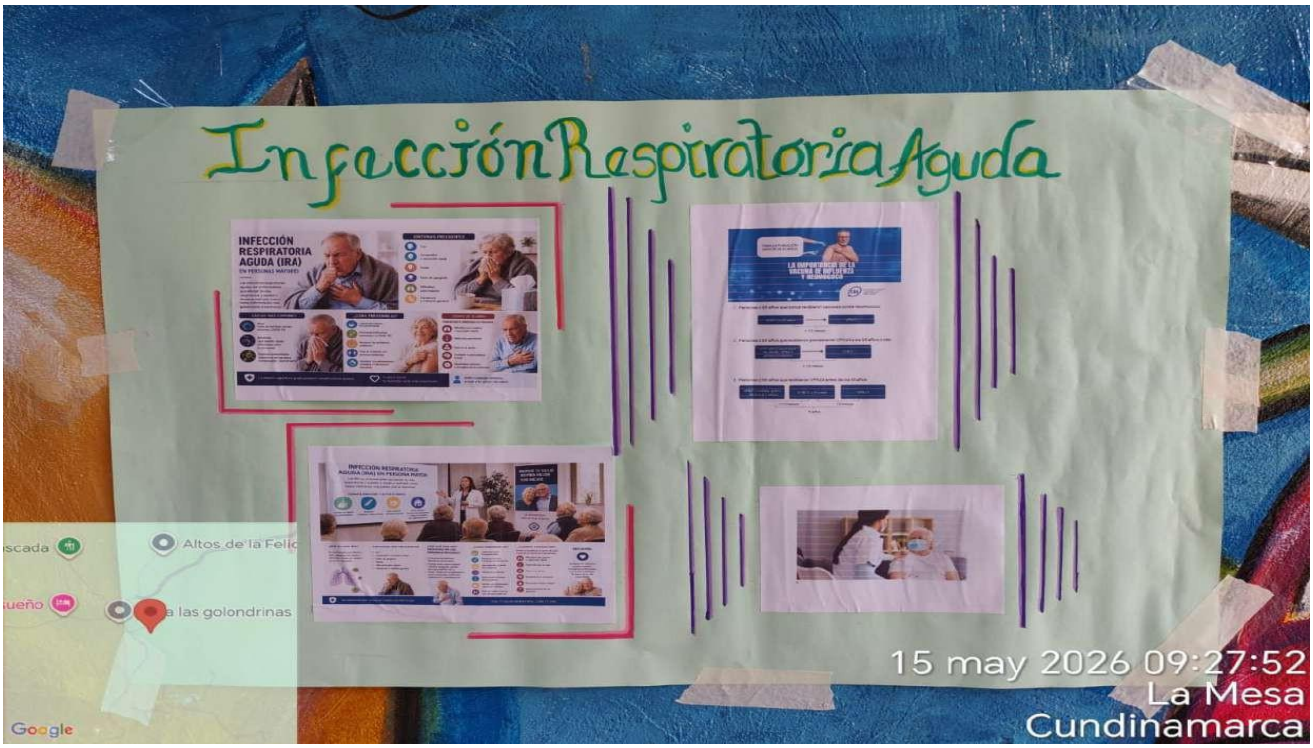
**CUIDADOS EN CASA**

Si la persona presenta síntomas leves:

- Descansar
- Tomar abundantes líquidos
- No auto medicarse
- Seguir recomendaciones médicas
- Vigilar signos de alarma

No se deben usar antibióticos sin fórmula médica

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Se anexa evidencia fotográfica y se anexa listado de asistencia | | |
| Asistentes | Nombre | Cargo/Rol | Dependencia |
| | | | |
| Compromisos | Actividad | Responsable | Fecha límite |
| | Brindar orientación sobre:<br>Lavado adecuado de manos.<br>Uso correcto del tapabocas.<br>Higiene respiratoria.<br>Importancia de la hidratación.<br>Evitar automedicación.<br>Consulta oportuna ante signos de alarma. | Equipo multidisciplinario de unidad de cuidado golondrinas | Permanente |
| Próxima reunión | Según Cronograma | | |
| Elaboro: | Dolis Maria Lagos Herrera | | |


Infección Respiratoria Aguda
INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA (IRA)
15 may 2026 09:27:52
La Mesa
Cundinamarca
Google


15 may 2026 09:29:03
La Mesa
Cundinamarca
Google


Altos de la Felic
las golondrinas
Google
15 may 2026 09:33:09
La Mesa
Cundinamarca


Altos de la Felic
las golondrinas
Google
15 may 2026 09:36:28
La Mesa
Cundinamarca

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018983 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Infección Respiratoria Aguda - 2. Lugar o Localidad o Sede: Golondrinas 3. Fecha y hora: 15-05-2026 Hora Inicio 9:27am
4. Nombre responsable: Dolis Maria Lagos H 5. Dependencia responsable: Enfermeria Hora final 9:55am

| 6 Ítem | 7. Nombres y Apellidos | 8. Documento de identidad | | 9. Entidad / Dependencia | 10. Rol / Cargo | 11. Planta / Contratista | 12. Correo electrónico | 13. Teléfono y Ext. / Celular | 14. Firma |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 8.1 Tipo | 8.2 Número | | | | | | |
| 1 | Yolanda Garcia T | cc | 1024224019 | C.C GOLONDRINAS | AUX Enfermeria | CONTRATISTA | nicleto.tegnica@hotmail.com | 3224151253 | Yolanda Garcia |
| 2 | Dori Pereira Martinez | cc | 1057477093 | C.C GOLONDRINAS | AUX Enfermeria | CONTRATISTA | Pereiradoris575@gmail.com | 3138751628 | |
| 3 | Angie Palencia | cc | 26689277 | C.C GOLONDRINAS | Tallerista | CONTRATISTA | talentohumano@sdis.gov.co | 3125946574 | |
| 4 | Lizzet Jahara Suarez L | cc | 1014731652 | C.C GOLONDRINAS | Aux Enfermeria | CONTRATISTA | camilaalejandra48@gmail.com | 7144165911 | Lizzet S |
| 5 | Cristhian A. Bohorquez | cc | 79065239 | C.C GOLONDRINAS | Aux. Enfermeria | CONTRATISTA | enfermeriacristian@gmail.com | 3138918090 | |
| 6 | Ing Paola Bahamon Moreno | cc | 1073151596 | C.C GOLONDRINAS | AUX Enfermeria | CONTRATISTA | Paolaz.estrada@gmail.com | 3024694214 | Paola Bahamon |
| 7 | Jose Raul Zamudio | cc | 1069623776 | C.C GOLONDRINAS | Aux Enfermeria | CONTRATISTA | [illegible]@gmail.com | 3241898639 | |
| 8 | Johanna Milena Paez V. | cc | 1192786860 | C.C GOLONDRINAS | AUX Enfermeria | CONTRATISTA | Milenaseas23@g. | 3133238907 | Milena Paez. |
| 9 | Gina Alejandra Camilo | cc | 1022969372 | C.C GOLONDRINAS | Aux Enfermeria | CONTRATISTA | Che-ale01@hotmail.com | 3135970416 | Gina Camilo |
| 10 | Ana Janneth Alarcón | cc | 52293915 | C.C GOLONDRINAS | Enfermera | CONTRATISTA | anajanneth@gmail.com | 3103419809 | Ana Alarcón |
| 11 | Carlos Mateo Ramirez | cc | 1142773435 | C.C GOLONDRINAS | AUX ENFERMERIA | CONTRATISTA | mateoramirez466@gmail.com | 3044064276 | Carlos Mateo |
| 12 | Paula Andrea Gamboa | cc | 1069402407 | C.C GOLONDRINAS | AUX Enfermeria | CONTRATISTA | Mariagamoa@gmail.com | 3228566947 | Paula Andrea |
| 13 | Yazmin Johana Paez | cc | 1005822592 | C.C GOLONDRINAS | S. G. | CONTRATISTA | — o — | 3162947947 | Johana Paez |
| 14 | Graciela Ramirez | cc | 52616061 | C.C GOLONDRINAS | S G | CONTRATISTA | — o — | 3243678299 | Graciela Ramirez |
| 15 | Johana Gutierrez | cc | 1018407783 | C.C GOLONDRINAS | S G | CONTRATISTA | — o — | 3224183101 | JGutierrez |
| 16 | Andrea Yoret Ruiz | cc | 1077921009 | C.C GOLONDRINAS | S. G. | CONTRATISTA | aruizsarmientaba | 3209818216 | Andrea Ruiz |
| 17 | Diana Gutierrez | cc | 1.092.426183 | C.C GOLONDRINAS | T. Humano | CONTRATISTA | dg651332@gmail. | 3213395109 | DianaGutierrez |
| 18 | Diana Ochoa | cc | 53036936 | C.C GOLONDRINAS | Enfermeria | CONTRATISTA | Diana@Hotmail.com | 3138877843 | Diana Ochoa |
| 19 | Miguel Angel Pinto Tony | cc | 1069824731 | C.C GOLONDRINAS | Aux Enfermeria | CONTRATISTA | Pintotas.mjmm.com | 3112447461 | Miguel Tony |
| 20 | Alvaro Fernely Castro | cc | 93401395 | C.C GOLONDRINAS | Coordinador | CONTRATISTA | — o — | 3212426165 | |

Tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectaran mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo