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 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	31	1	2024	

Unidad Operativa:	Centro de cuidado transitorio San José Nazareth - Suba		
Componente de Atención:	Estilo de vida saludable		
Línea de Atención:	Buenas practicas del envejecimiento	Profesional a cargo:	Cristhian Vasquez
Nombre de la actividad:	Higiene de Sueño		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Implementar herramientas claras de concientización y educación en higiene del sueño, específicamente adaptado a las necesidades y desafíos enfrentados por las personas en situación de vulnerabilidad de calle, con el objetivo de mejorar la comprensión de la importancia del sueño, facilitar el acceso a recursos y prácticas que promuevan hábitos de sueño saludables, y, en última instancia, mejorar la calidad del sueño, el bienestar emocional y físico, así como fomentar la adopción sostenible de comportamientos que contribuyan a una vida más saludable y equilibrada.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Crear conciencia de las posiciones correctas
2. Implementar programas preventivos por medio de la eps si es necesario
3. Facilitar el acceso a servicios de atención médica especializada.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se realiza ronda supervisando patrón de sueño y se evidencia que varios muestran posturas incorrectas que les genera incomodidad y a su vez a los compañeros que estan compartiendo habitación. Por esa razón se aborda y especifica que las posiciones para lograr tener un buen patrón de sueño es importante, se les brinda las herramientas para evitar que las vias aereas se les osbtruya por la posición.
MOMENTO CENTRAL	Varios usuarios refieren malestares comunes de salud a su vez que ellos en la calle les toca de esa manera. Viendo la problemática, rutinas establecidas y vivencias se les menciona que estamos en un espacio controlado y en esta oportunidad contamos con un personal de salud calificado para ayudarlos a brindar herramientas y tecnicas para tener una mejor relajación y lograr conciliar un buen patrón de sueño. no debemos olvidar que compartimos habitaciones con otras personas y si estamos teniendo sonidos guturales va incomodar a otros.
MOMENTO FINAL	Al concluir nuestra charla, los invito a llevar consigo las herramientas técnicas que hemos explorado hoy y aplicarlas en sus vidas diarias. Recordando que el cuidado de nosotros genera bienestar general, y cada pequeño ajuste puede marcar una gran diferencia.

RECURSOS

Humano	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Los usuarios muestran interes ante la charla y quedan comprometidos a establer las herramientas como rutina para asi tener un buen patrón de sueño.

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA:	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:**	**RESPONSABLE:**
31/01/2024	Higiene de sueño	Cristhian Vasquez Aux. Enfermeria









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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105-15 /09/2022
Página: 1 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Fecha: 31-01-2024 PM

Nombre del Responsable: Leidy Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenos Auxilios Fortalecimiento Ingreso del dato	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
1	CC	36151292	Lucia amparo	ortiz diaz	JI					
2	CC	19131581	Jorge	Goro	JI					
3	CC	17036104	Luis Hernando	Ruiz castro	JI					
4	CC	17110949	Tiberio	Lopez	JI					
5	CC	5761587	Arcazar	Narvaez	JI					
6	CC	2258522	Luis ernesto	bobadilla	JI					
7	CC	240130	Jose Nael	alfonso	JI					
8	CC	4776037	osvaldo	collazos Gomez	JI				Swoldo	
9	CC	17045923	miguel	cobos Gonzalez	JI					
10	CC	5248158	Jose Francisco	Paz	JI					
11	CC	17081880	Guillermo	Turriago Guzman	JI					
12	CC	17064424	Jaime	valbuena son miguel	JI					
13	CC	17069945	carlos arturo	vaquiro diaz	JI					
14	CC	8242219	Julio cesar	naranjo velez	JI					
15	CC	17084316	victor Julio	Segova	JI				Victor S	
16	CC	17094057	Salomon	maldonado Hernandez	JI					

Powered by CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 2 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Fecha: 31-01-2024 PM

Nombre del Responsable: Leidy Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Blanco Beatriz Hyde Fecha de nacimiento 1970	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
17	CC	17146469	Pedro	Aguirre Herrera	✓					
18	CC	17110297	carlos julio	prado lara	✓					
19	CC	17148406	luis tomas	cruz laverde	✓					
20	CC	19058279	julio cesar	moncar linas	✓					
21	CC	1916292l	luis alberto	casallas	✓					
22	CC	17192966	pedro pablo	Fbarrero cespedes	✓					
23	CC	4172038	alberto	moreno	✓					
24	CC	19071084	luis alfonso	paez espinosa	✓					
25	CC	19470872	ariel	alfonso mendoza	✓					
26	CC	41596846	flor estella	diaz casas	✓					
27	CC	52092734	illanade jesus	julio fernandez	✓					
28	CC	8616685	ana rita	mendoza	✓					
29	CC	41757232	ana esperanza	cuevas zamora	✓					
30	CC	51680425	julia elena	Rebolledo ramirez	✓					
31	CC	19245261	Alvaro	villareal medina	✓					

Powered by CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 3 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba — Fecha: 31-01-2024 pm

Nombre del Responsable: Leidy Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Servicio Social Intergeneracional Adulto Mayor 2024	ACTIVIDAD 2 LINEA:	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	19129612	Alberto	sanabria castañeda	JI					
33	CC	19149065	Iván	acevedo trujillo	JI					
34	CC	19146741	Jose roberto	saavedra sarmiento	JI					
35	CC	19201000	Luis alberto	bohorquez castañeda	JI					
36	CC	19252647	carlos arturo	sanchez sanchez	JI					
37	CC	83085404	carlos	ceapano acerad	JI					
38	CC	11302658	jose antonio	rodriguez lozano	JI					
39	CC	93119235	otoniel	arteaga roiz	JI					
40	CC	16472452	edilberto	quiñones valencia	JI					
41	CC	5580988	Jose joaquin	lizarazo ortiz	JI				Joaquin lizarazo	
42	CC	19146710	Luis alfredo	cely gonzalez	JI					
43	CC	5257368	Hector acevedo	mesa bueno	JI					
44	CC	19100743	dios de dios	cubillos chicue	JI					
45	CC	10216194	Javier	salazar estrada	JI					
46	CC	19082759	salomon	rodriguez hdz	JI					
47	CC	19090638	Luis alberto	murcia	JI					

Powered by CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 4 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Fecha: 31-01-2024 PM

Nombre del Responsable: Leidy Cubillos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Bienestar Practicas Preescolar Fuera de Jardín	LINEA:	LINEA:	LINEA:		
48	CC	19132281	Luis eduardo	Galindo Garcia	SI					
49	CC	19105637	Luis alberto	Varegas	SI					
50	CC	19100020	Luis augusto	alborrach quitana	SI					
51	CC	19281379	efrain	Lavado Forero	SI					
52	CC	19201796	antonio	castano Quintero	SI					
53	CC	19154543	segundo aristobulo	Fonseca acosta	SI					
54	CC	17625009	Jesus antonio	Galeano martinez	SI					
55	CC	14266828	Jose dario	chacon moreno	SI					
56	CC	19118491	Fernando	wilches moreno	SI					
57	CC	19250215	miguel antonio	ulloa castro	SI					
58	CC	19323276	Jose roberto	Gallo	SI					
59	CC	79117949	miguel enrique	Sierra molina	SI					
60	CC	19076628	Luis eduardo	montaño cruz	SI					
61	CC	19108829	Gustavo alonso	alcocer contreras	SI					
62	CC	17084350	Roberto	Zitcom Rodriguez	SI					

Powered by CamScanner