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:	24	4	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:	MARIA MONICA RINCON RIVERA -ENFERMERA
Nombre de la actividad:	HIGIENE DEL SUEÑO		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover el higiene del sueño y prevenir las enfermedades , contribuyendo a la construcción de una sociedad de una buena salud para las personas mayores que asisten al centro de cuidado transitorio San Jose Nazareth.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Prevenir dormir durante el dia
2. Realizar baño antes de dormir
3. usar siempre cubreboca

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	• Convocatoria a las personas mayores. • Bienvenida y presentación. • Se realiza un breve saludo recordando que estos temas han sido el resultado del diagnóstico realizado de una buena salud se establece que en esta oportunidad se realizara actividades orientadas al tema del higiene del sueño Se realiza una actividad de un dado lanzando para realizar preguntas con el objetivo de identificar algunas dinámicas diarias en la cual hace parte de nuestra salud
MOMENTO CENTRAL	Presentación de conceptos sobre el tema y algunas estadísticas de interés para abrir debate sobre el tema, se socializa conceptos sobre higiene del sueño debatiendo como ha sido el papel de cada uno en diferentes escenarios al momemto de realizarlo , entre otros. Se establece el siguiente caso para socializar y trabajar en la sesión fomentando que es para tdods en las personas mayores, promoviendo la participación activa y la equidad en el acceso a oportunidades y recursos, el caso abordado A partir de lo anterior se plantean las siguientes preguntas para dar respuesta y posible abordaje. ¿Cómo se realiza una buena higiene ? ¿Qué ideas tienen sobre cómo sensibilizar a la comunidad sobre la importancia del higiene del sueño en las personas mayores? ¿Cuáles son las percepciones ideales para cada uno de las personas mayores? ¿Cómo podríamos fortalecer la autoestima y confianza para cada uno de las personas mayores para que participen más activamente?
MOMENTO FINAL	Síntesis final y cierre enfatizando la importancia del respeto para mantener una buena salud en diferentes escenarios.

RECURSOS

Sillas Mesas dado Televisor Internet Marcadores Tablero	

EVALUACION DE LA ACTIVIDAD

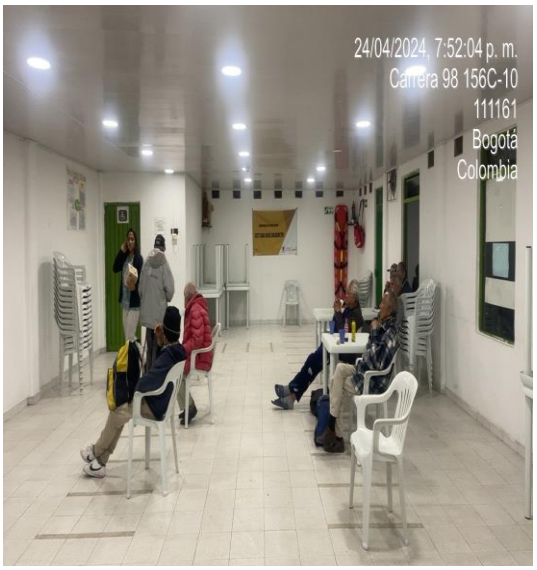
Esta actividad busca establecer procesos de evaluación continua para adaptar y mejorar la actividad a medida que evolucionan las necesidades y desafíos relacionados con la higiene del sueño para mantener una buena salud

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAN JOSÉ NAZARETH - SUBA

FECHA: 24/04/2024	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:HIGIENE DEL SUEÑO**	**RESPONSABLE:** MONICA RINCON – ENFERMERA









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

Nombre del Responsable: ADRIANA LOPEZ MARTIN

Fecha: 23-04-24 PM

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
	TIPO	NÚMERO			LINEA: Buena Psicrea en velecimiento. salud mental	LINEA: estilo vida saludable. Autocuidado.	LINEA:	LINEA:		
1	CC	19131581	JORGE	LAZO	SI	SI				
2	CC	17036104	LUIS HERNANDO	RUIZ CASTRO	SI	SI				
3	CC	17110949	TIBERIO	LOPEZ	SI	NO				
4	CC	5 761 587	ANCIZAR	VANEGAS	SI	SI				
5	CC	6155358	ISAAC	HOSQUERA	SI	SI				
6	CC	2258922	Luis Ernesto	Bobadilla	SI	NO				
7	CC	17000746	Gustavo	Reinoso	SI	SI				
8	CC	17045923	Misael	Cobos Gonzalez	SI	SI				
9	CC	240130	Jose Noel	Alfonso	SI	SI				
10	CC	4776037	Oswaldo	Collazos Gomez	SI	NO				
11	CC	5248158	Jose Francisco	Paz	SI	SI				
12	CC	17081880	Guillermo	Turriago Guzmán	SI	SI				
13	CC	17064424	Jaime	Valbuena Sanmiguel	SI	SI				
14	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	SI	NO				
15	CC	8242219	Julio Cesar	Naranjo Velez	SI	SI				
16	CC	17084316	Victor Julio	Segura	SI	SI				

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: 23.04.24 PM

Nombre del Responsable: ADRIANA LOPEZ MARTIN

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenas Practicas del envejecimiento. salud mental	ACTIVIDAD 2 LINEA: Estilo vida saludable. Autocuidado.	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
17	CC	17084350	Roberto	Rincon Rodriguez	SI	SI				
18	CC	2909611	Ramon Alfonso	Escobar Dueñas	SI	NO				
19	CC	17127584	Gerardo	Perez Medina	SI	SI				
20	CC	17110297	Carlos Julio	Prada Lara	SI	NO				
21	CC	17146469	Pedro	Aguirre Herrera	SI	SI				
22	CC	17148406	Luis Tomas	Cruz Laverde	SI	NO				
23	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	SI	NO				
24	CC	19038279	Julio Cesar	Munar Linares	SI	SI				
25	CC	17196899	Rafael Antonio	Vargas Hernandez	SI	SI				
26	CC	17192966	Pedro Pablo	Figueredo Cespedes	SI	SI				
27	CC	4172538	Alberto	Mosquera	SI	NO				
28	CC	19071084	Luis Alfonso	Paez Espinosa	SI	SI				
29	CC	19470872	Ariel Alfonso	Mendoza	SI	SI				
30	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Rojas	SI	SI				
31	CC	41596846	Flor Estella	Diaz Casas	SI	SI				

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:** 23·04·21 PM.

Nombre del Responsable: ADRIANA LOPEZ MARTIN

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Buenas Practicas del envejecimiento. salud mental	ACTIVIDAD 2 LINEA: Estilo vida saludable. Autocuidado.	ACTIVIDAD 3 LINEA:	ACTIVIDAD 4 LINEA:		
32	CC	52092734	Liliana De Jesus	Julio Fernandez	SI	NO				
33	CC	41757232	Ana Esperanza	Tocevara Jamaca	SI	SI				
34	CC	51080425	Julia Hdena	Rebolledo Ramirez	SI	SI				
35	CC	51856136	Martha Susana	Davila	SI	NO				
36	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejía	SI	SI				
37	CC	11303609	Jaime	Perdomo Acero	SI	NO				
38	CC	19129612	Alberto	Sanabria Castañeda	SI	SI				
39	CC	19146741	JOSE ROBERTO	SABUESA	SI	SI				
40	CC	19223538	VICTOR JULIO	FONSECA	SI	NO				
41	CC	3117525	PEDRO JULIO	SANCHEZ	SI	SI				
42	CC	19201000	LUIS ALBERTO	BOHORQUEZ	SI	SI				
43	CC	19252647	CARLOS JULIO	SANCHEZ SANCHEZ	SI	SI				
44	CC	19262600	JUAN	CIFUENTES DIAZ	SI	NO				
45	CC	10083218	HUMBERTO	RUEDA	SI	SI				
46	CC	83085404	CARLOS	CHAPARRO ACERO	SI	SI				
47	CC	12302858	JOSE ANTONIO	HARLQUEZ	SI	NO				

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: 23.04.24 PM

Nombre del Responsable: ADRIANA LOPEZ MARTIN

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Buenas Practicas del envejecimiento. saud mental.	LINEA: Estilo de vida Saudable Autocuida-do.	LINEA:	LINEA:		
48	CC	93 119233	OTONIEL	ORTEGON RUIZ	SI	SI				
49	CC	16472452	EDILBERTO	QUINTERO VALENCIA	SI	NO				
50	CC	1082241170	HERNAN ENRIQUE	RAMOS VILLAR	SI	SI			NO FIRMA	MANIFIESTA QUE NO SABE ESCRIBIR
51	CC	11337016	MARCO ANTONIO	OLAYA LOPEZ	SI	SI				
52	CC	5580988	JOSE JOAQUIN	LIZARAZO	SI	NO			LIZARAZO	
53	CC	5257368	HECTOR AURELIO	MESA DUEÑAS	SI	SI				
54	CC	19474490	EDILBERTO	BERGANO CUITACO	SI	SI				
55	CC	19075317	NEBERTO	BARON RUEDA	SI	SI				
56	CC	19082759	SALOMON	NARINO MOS	SI	NO				
57	CC	19105637	LUIS ALBERTO	VANEGAS	SI	SI				
58	CC	19090638	LUIS ALBERTO	MURCIA	SI	SI				
59	CC	10216194	JAVIER	SALAZAR	SI	SI				
60	CC	19100020	LUIS AUGUSTO	AL BARRACIN	SI	NO				
61	CC	19108829	GUSTAVO ALONSO	ALVARADO	SI	SI				
62	CC	19201796	ANTONIO	CASTAÑO	SI	NO				

Powered by CamScanner