ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021 Página: 1 de 1

Modalidad:	Cuidado Transitorio Día - Noche	Fecha de ejecución:	**08**	**09**	**2023**
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Eje de Atención:	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento	Profesional a cargo:	Andrea Paola Camacho Florez - Nutricionista		
Nombre de la actividad:	Enfermedades asociadas a la alimentación.				

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer prácticas de estilo de vida saludable desde las actitudes, valores y comportamientos de las personas mayores que participen en el CCT Samper Mendoza, para transformar imaginarios y así mejorar su calidad de vida en todas las dimensiones biológicas, cognitivas, afectivas, mentales y de esta manera obtener una vejez activa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Reconocer los hábitos de consumo de alimentos inadecuados que afectan la salud.
2. Relacionar las enfermedades crónicas no trasmisible con el consumo de alimentos.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se da inicio a la actividad invitando a las personas mayores a participar, en el marco de la dimensión 2 de la política pública “vivir bien en la vejez”. Se socializará que el consumo de alimentos está directamente relacionado con el estado de salud, algunas enfermedades pueden ser causadas por una dieta deficiente, excesiva o desequilibrada, y a menudo se pueden prevenir o controlar mediante una alimentación adecuada y un estilo de vida saludable.
MOMENTO CENTRAL	Se utilizará como herramienta el juego de la escalera, para ello, se realizarán de 6 a 8 grupos de acuerdo a los asistentes, quienes realizarán las actividades y preguntas que sugiere la escalera para asociar el desarrollo de enfermedades con la alimentación.
MOMENTO FINAL	Posterior al juego, se generará un espacio de preguntas y evaluación de la actividad.

RECURSOS

Personas Mayores	Juego escalera
Dados	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de la actividad se logra que un 48% (24) de las personas mayores asistan a la actividad proyectada desde el área de nutrición, la cual apunta a la dimensión 2 de la política pública de envejecimiento "vivir bien la vejez".
Se realiza modificación de la metodología, usando el juego “guayabita” como herramienta pedagógica, en este caso, las apuestas fueron las preguntas previamente diseñadas para guiar el desarrollo de la actividad. Se observó interés y participación, tanto de los representantes que estuvieron a cargo de lanzar los dados como de los equipos, las preguntas permitieron que las personas mayores realizaran aportes y resolvieran dudas sobre el tema, generando espacios de debate y conocimiento.
No se observan dificultades en el desarrollo de la actividad.
Se evidencia que el 100% de las personas mayores asociaron la alimentación inadecuada con el desarrollo de enfermedades.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable Andrea Paola Camacho Florez Fecha: 8 de septiembre de 2023	Enfermedades asociadas a la alimentación.









ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021 Página: 1 de 1

Modalidad: Cuidado Transitorio Día - Noche			Fecha de ejecución:	**19**	**09**	**2023**
Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Samper Mendoza					
Eje de Atención: Estilos de vida saludable					
Línea de Atención: Buenas prácticas del envejecimiento		Profesional a cargo:	Andrea Paola Camacho Florez - Nutricionista		
Nombre de la actividad: Reducción de sal / sodio					

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer prácticas de estilo de vida saludable desde las actitudes, valores y comportamientos de las personas mayores que participen en el CCT Samper Mendoza, para transformar imaginarios y así mejorar su calidad de vida en todas las dimensiones biológicas, cognitivas, afectivas, mentales y de esta manera obtener una vejez activa.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar los efectos secundarios del consumo de sodio.
2. Reconocer los alimentos fuentes de sal / sodio.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se da inicio a la actividad invitando a las personas mayores a participar, en el marco de la dimensión 2 de la política pública “vivir bien en la vejez”.
MOMENTO CENTRAL	Para el desarrollo de la actividad, se proyectarán unas diapositivas en donde se evidenciará a través de una cuchara postrera la cantidad de sal que se debe consumir durante el día, esta misma se relacionará con diferentes grupos de alimentos para que sea fácilmente reconocible en la vida diaria, además se socializarán las enfermedades secundarias al consumo excesivo de sal.
MOMENTO FINAL	Se proyectarán combinaciones de alimentos de consumo frecuente y se solicitará a las personas mayores que sumen a cuantas cucharaditas postreras corresponden, para evaluar si se sobrepasa o no el requerimiento. Posterior a esto, se generará un espacio de preguntas

RECURSOS

Personas Mayores	Diapositivas
Computador	Televisor

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de la actividad se logra que un 54% (27) de las personas mayores asistan a la actividad proyectada desde el área de nutrición, la cual apunta a la dimensión 2 de la política pública de envejecimiento "vivir bien la vejez".
Las personas mayores participan activamente en la actividad, evidenciado en las preguntas y conclusiones brindadas, indican reconocer que la alimentación brindada en el centro está acorde a las necesidades de las personas mayores, pero es conciencia propia el consumo de alimentos fuera del centro.
Se hace necesario realizar la aclaración que la alimentación brindada en el centro esta ajustada a personas mayores sin patologías, y por tanto no hay restricción de ningún tipo de alimento.
No se observan dificultades en el desarrollo de la actividad.
Se realiza la evaluación de la actividad a través de la pregunta ¿Reconocieron la importancia de disminuir el consumo de sal? Ante la cual el 60% de las personas mayores responden afirmativamente.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable Andrea Paola Camacho Florez Fecha: 19 de septiembre de 2023	Reducción de sal / sodio







