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:	**8**	**11**	**2023**
Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Samper Mendoza					
Eje de Atención: Estilos de vida saludable					
Línea de Atención: Buenas prácticas de envejecimiento	Profesional a cargo: Andrea Paola Camacho Florez - Nutricionista				
Nombre de la actividad: Consumo de frutas, verduras y hortalizas.					

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. Retomar la importancia del consumo de frutas, verduras y hortalizas.
2. Reconocer el consumo de frutas, verduras y hortalizas como factor protector de la salud.

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 para comenzar que el objetivo de la actividad es retomar el tema de frutas, verduras y hortalizas y abordarlo desde la realidad y no desde la teoría.
MOMENTO CENTRAL	A través de unos dados los cuales lanzarán las personas mayores se tendrán 11 opciones con preguntas, retos y premios para que sean resueltos por quien los lanzó. De esta forma se va desarrollando el tema de forma dinámica.
MOMENTO FINAL	Posterior a la actividad, se generará un espacio de preguntas.

RECURSOS

Personas Mayores	Dados
Preguntas orientadoras	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de la actividad se logra que un 69% (31) 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 observó interés por el tema, hubo participación activa, se reconoce el consumo de frutas y verduras como factor protector para la salud, relacionan algunas frutas y verduras con propiedades nutricionales o curativas.
No se evidencian dificultades.
Se realiza la evaluación de la actividad a través de la pregunta ¿Recordaron la importancia del consumo de frutas y verduras? Ante la cual el 100% de las personas mayores responden afirmativamente.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable Andrea Paola Camacho Florez Fecha: 8 de noviembre de 2023	Consumo de frutas, verduras y hortalizas.









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:	**14**	**11**	**2023**
Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio Samper Mendoza					
Eje de Atención: Estilos de vida saludable					
Línea de Atención: Buenas prácticas de 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. Asociar los sistemas del cuerpo con sus enfermedades y posibles causales de origen alimentario.
2. Reconocer una alimentación adecuada como factor protector de la salud.

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 tema se trabajará desde el juego “concéntrese” para favorecer la atención y la memoria.
MOMENTO CENTRAL	Se proyectará en el computador un tablero de concéntrese, en el cual se tendrán que asociar los órganos o sistemas del cuerpo con diferentes patologías asociadas con la alimentación, cuando se descubra una pareja, se realizará la explicación del cómo la alimentación influye en ese sistema del cuerpo.
MOMENTO FINAL	Posterior a la actividad, se generará un espacio de preguntas.

RECURSOS

Personas Mayores	Televisor
Computador	Presentación con el juego “concéntrese”

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de la actividad se logra que un 48% (22) 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 observó reconocimiento del tema, las personas mayores identifican patologías comunes con el consumo de algunos alimentos, se observa interés por el tema.
No se evidencian dificultades.
Se realiza la evaluación de la actividad a través de la pregunta ¿Relacionan los alimentos con respecto a las enfermedades? Ante la cual el 100% de las personas mayores responden afirmativamente.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable Andrea Paola Camacho Florez Fecha: 14 de noviembre de 2023	Enfermedades asociadas a la alimentación.











