

 ALCALDIA 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:	1	12	2023
Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Eje de Atención:	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención:	Transformación de imaginarios	Profesional a cargo:	Andrea Paola Camacho Florez - Nutricionista		
Nombre de la actividad:	Tipos de azúcar				
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 la diferencia entre azúcares naturales de los alimentos y azúcares añadidos.					
2. Identificar el rotulado frontal de los alimentos.					
METODOLOGÍA					
MOMENTO INICIAL	Se dará 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 el objetivo de la actividad el cual consiste en reconocer el azúcar, sus beneficios, clases y consecuencias del consumo excesivo.				
MOMENTO CENTRAL	Se proyectarán unas diapositivas en las cuales se encuentran los temas de ¿Qué es el azúcar? ¿Qué tipos de azúcar hay? y ¿Cuáles son las consecuencias del consumo excesivo de azúcar? Durante la presentación se generarán espacios de debate para desmitificar los conceptos que se tienen del azúcar y su afectación a la salud.				
MOMENTO FINAL	Posterior a la actividad, se generará un espacio de preguntas, y se realizará evaluación de la actividad.				
RECURSOS					
Personas Mayores	Televisor				
Computador	Presentación con el tema				
EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD					
<p>Por medio de la actividad se logra que un 45% (21) de las personas mayores participantes del centro 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".</p> <p>Se observó interés en el tema, evidenciado en la participación y las intervenciones realizadas por las personas mayores, algunos de ellos reconocen que la porción de azúcar consumido es el factor determinante para que sea perjudicial para la salud. Se desmitifica que los azúcares como la miel y la panela sean menos perjudiciales en las mismas cantidades que el azúcar blanca o morena. No se evidencian dificultades durante la actividad.</p> <p>Se realiza la evaluación de la actividad a través de la pregunta ¿Reconocen los tipos de azúcar? Ante la cual el 100% de las personas mayores responden afirmativamente.</p>					

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable Andrea Paola Camacho Florez Fecha: 1 de diciembre de 2023	Tipos de azúcar
 <p>The first photograph shows a group of people sitting at tables in a room, with a person standing at the front. The second photograph shows a group of people sitting at tables, with a person standing at the front. The third photograph shows a group of people sitting at tables, with a person standing at the front. The fourth photograph shows a group of people sitting at tables, with a person standing at the front.</p>	

 ALCALDIA 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:	5	12	2023
Unidad Operativa	Centro de Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Eje de Atención	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención	Transformación de imaginarios	Profesional a cargo:	Andrea Paola Camacho Florez - Nutricionista		
Nombre de la actividad:	Tipos de sal				
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 la diferencia entre los tipos de sal más comunes del mercado, sus características y propiedades					
2 Brindar herramientas para el reconocimiento y uso de la sal de acuerdo a la necesidad.					
METODOLOGÍA					
MOMENTO INICIAL	Se dará 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 el objetivo de la actividad el cual consiste en presentar los tipos de sal más comunes que existen en el mercado, su origen, propiedades y usos.				
MOMENTO CENTRAL	Se proyectarán unas diapositivas en las cuales se encuentran diferentes tipos de sal: de mesa, marina, rosada del himalaya, ahumada, entre otras, de cada una se comentará el origen, las propiedades y su uso común. Durante la presentación se generarán espacios de debate para reconocer los imaginarios que se tienen de cada tipo de sal y aclarar los mismos.				
MOMENTO FINAL	Posterior a la actividad, se generará un espacio de preguntas y debate. También se concluirá recordando la importancia de disminuir el consumo de sal y su reemplazo por sazónadores naturales, y se realizará evaluación de la actividad.				
RECURSOS					
Personas Mayores	Televisor				
Computador	Presentación con el tema				
EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD					
<p>Por medio de la actividad se logra que un 47% (21) de las personas mayores participantes del centro 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".</p> <p>Se observó interés en el tema. Las personas mayores reconocen como adicional otros tipos de sal y asocian el consumo excesivo de la misma con el desarrollo de enfermedades cardiovasculares. Se refuerza el tema de sazónadores naturales como estrategia para la disminución del consumo de sal. No se evidencian dificultades durante el desarrollo de la actividad.</p> <p>Se finaliza realizando la evaluación de la actividad a través de la pregunta ¿Identificaron otros tipos de sal, además de la sal de mesa que se consume en el centro? Ante la cual el 100% de las personas mayores responden afirmativamente.</p>					

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable Andrea Paola Camacho Florez Fecha: 5 de diciembre de 2023	Tipos de sal
	