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 Página: 1 de 1

Fecha de ejecución:	24	03	2024		
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención:	Transformación de imaginarios		Profesional a cargo:	Aux Laura Hernández	
Nombre de la actividad:	Autocuidado de uñas				

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. Promover buenas prácticas en las personas mayores asistentes al centro cuidado transitorio Samper Mendoza para favorecer el mantenimiento del autocuidado, autodeterminación e independencia.

2. Incentivar el desarrollo de actividad física de manera a diaria como parte de los hábitos saludables fortaleciendo la relación mente- cuerpo

3. Promover estilos de vida saludables a partir de las estrategias de información, educación y comunicación (IEC), formuladas para el desarrollo con las personas mayoreos

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se dará inicio saludando a las personas mayores, invitándoles a participar en el encuentro, agradeciendo el estar presentes y explicándoles el objetivo principal de la actividad y sus beneficios.
MOMENTO CENTRAL	Se dará continuidad realizando charla, enfocándose principalmente en actividades, se les explicará a las personas mayores lo importante que es hacer su autocuidado de uñas y se le indicará para hacer un buen cuidado siempre se tiene que hidratar, exfoliar y organizar sus uñas. Se les indicará a las personas mayores que realizan la actividad del autocuidado y dándoles a expresar que la edad que tenga siempre tiene que tener una buena higiene personal. Se le explicará el objetivo de la actividad es hidratar sus manos, hacer limpieza de uñas y aplicar crema. Se enfocará en practicar dos o tres veces a la semana ya que es un hábito de vida para ellos.
MOMENTO FINAL	Para finalizar el encuentro se agradecerá la participación de las personas mayores, se resaltará la importancia de los encuentros y el gran beneficio en la salud. Por último, se realizará la invitación a futuros encuentros.

RECURSOS

Talento humano	Sillas
Personas mayores	
Crema	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de la actividad se logra que un 50% de las personas mayores participantes del centro asistan a la actividad proyectada, motivando a los participantes para que la edad no sea un impedimento para sensibilizarlos sobre su cuidado personal, ya que pese a la edad que tengan siempre tienen que cuidar y amar cada parte de su cuerpo. Las personas mayores manifiestan que siempre tienen que practicar cada 2 o 3 días a la semana dicha actividad, con el fin de lograr tener un buen hábito para la edad de ellos. Por último, se agradece la participación, y se recomienda la importancia de estos espacios, ya que son de gran ayuda para las personas mayores. Se cumplieron con los objetivos de la actividad, y no se presentaron dificultades durante su ejecución.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Laura Hernández Fecha: 24/03/2024	Autocuidado de las uñas
	
	