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:	21	03	2024		
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza				
Componente de Atención:	Estilos de vida saludable				
Línea de Atención:	Buenas practicas del envejecimiento		Profesional a cargo:		Auxiliar de enfermería: William Cárdenas
Nombre de la actividad:	Comportamiento del sistema circulatorio en la persona mayor				

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 persona mayoreos

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se colocará en orden el espacio acondicionado del centro para la actividad, se acomodarán sillas, computador y un televisor
MOMENTO CENTRAL	Se presentará de manera clara y accesible los cambios que experimenta el sistema circulatorio con la edad, como la reducción del flujo sanguíneo, el endurecimiento de las arterias y el aumento del riesgo de enfermedades cardiovasculares.
MOMENTO FINAL	Para finalizar la exposición, se motivará a las personas mayores a tomar medidas concretas para cuidar su sistema circulatorio, como realizar ejercicio regularmente, llevar una dieta equilibrada y evitar el tabaquismo y el consumo excesivo de alcohol.

RECURSOS

Personas mayores	televisor
Sillas	Cable hmi
computador	Tema de exposición

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante el desarrollo del encuentro, el 44% de las personas mayores participaron en la actividad se da la bienvenida a las personas mayores y se explica el propósito de la actividad. Se les motiva a participar. Se inicia la exposición sobre los cambios del sistema circulatorio en las personas mayores. Durante la presentación, se explican los conceptos clave, se muestran imágenes relevantes y se ejemplifican los efectos de estos cambios en la salud y el bienestar de las personas mayores. Durante la exposición, se fomenta la participación activa de los personas mayores mediante preguntas abiertas que inviten a compartir sus experiencias y conocimientos relacionados con el tema. Se alienta a los participantes a hacer preguntas y aclarar sus dudas en cualquier momento. El objetivo general de la actividad es fortalecer prácticas de estilo de vida saludable desde las actitudes, valores y comportamientos de las personas mayores que participan en el CCT Samper Mendoza, con el fin de transformar imaginarios y mejorar su calidad de vida en todas las dimensiones biológicas, cognitivas, afectivas y mentales, y así obtener una vejez activa, también incentivar el desarrollo de actividad física de manera diaria como parte de los hábitos saludables, fortaleciendo la relación mente-cuerpo, para lo cual se logró dar cumplimiento con los objetivos propuestos. Al finalizar e agradeció a los asistentes por su participación y compromiso con su salud y bienestar, donde se les animo a continuar trabajando juntos para lograr una vejez activa y saludable. No se presentó ninguna dificultad.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Auxiliar de enfermería: William Cárdenas Fecha: 21/03/2024	Comportamiento del sistema circulatorio en la persona mayor
	
	