Fecha de ejecución:	30	03	2024	
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Samper Mendoza			
Componente de Atención:	Estilo de vida saludable			
Línea de Atención:	Buenas prácticas del envejecimiento		Profesional a cargo:	Aux Laura Hernández
Nombre de la actividad:	Enfermedades cardiovasculares 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 la persona 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 orientando sobre la importancia de las enfermedades cardiovasculares en la persona mayor, enfocándose principalmente en el cuidado y prevención de los factores de riesgos que puede tener esta enfermedad, se logra dar un hábito para mejorar su vejez explicándoles los síntomas, factores de riesgo y sus dificultades, se logra dar a entender el cuidado para evitar enfermedades cardiovasculares y las importancias de las enfermedades
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	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Por medio de la actividad se logra que un 44% de las personas mayores participantes del centro asistan a la actividad proyectada, motivando a los participantes en el gran beneficio saber del cuidado y como evitar las enfermedades, las personas mayores se interesan en saber que factor de riesgos puede tener presentes para evitar llegar a tener alguna enfermedad cardiovascular. Por último, se agradece la participación, y se recomienda la importancia de estos espacios, ya que son de gran ayuda para las personas mayores. No se presentaron dificultades en la ejecución de la actividad.

Registro Fotográfico	Nombre de la actividad
Responsable: Laura Hernández Fecha: 30/03/2024	Enfermedades cardiovasculares en la persona mayor
	
	