ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de Cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: __ Casa Santa María

1.2 Localidad: Suba

2. Linea: Cuerpo y Mente

2.1. Fecha de Ejecución:

1	10	2023	al	31	10	2023

2.2. Nombre del encuentro: 1. Conozco y me cuido, 2. RutinAVD, 3. Comiendo saludable, 4.Viviendo el presente 5. Bienestar en movimiento 6. Activos saludables

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Juan Camilo Salas Castro – Psicólogo, Leidy Johanna Olaya Olaya – Terapeuta ocupacional, Adriana Forero Sánchez – fisioterapeuta, María Mónica Pérez – jefe de enfermería, Alba Lucia Ardila Almeida – Nutricionista.

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
Promover la independencia y autonomía, la participación en actividad física, el cuidado de su salud y los cuidados en la alimentación en las personas mayores dentro de las dinámicas cotidianas en la Comunidad de Cuidado

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
1. Promover el bienestar en las personas mayores con la construcción de hábitos protectores que favorezcan su calidad de vida y la prevención de complicaciones en salud.
2. Sensibilizar a las personas mayores en la importancia de adquirir hábitos de vida saludable mediante el cuidado de la alimentación y promoción de la salud mental.
3. Fomentar la capacidad funcional en las personas mayores, por medio de actividades físicas y cognitivas que mejoren sus habilidades motoras, fortalezcan sus grupos musculares y faciliten la movilidad y salud cardiovascular, deterioradas a causa de enfermedades neurológicas y/o propias de su edad

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Actividad 1 (Enfermería) "Conozco, me cuido". Se realizará 1 actividad grupal durante el periodo donde se explica fisiopatología de algunas de las patologías de mayor prevalencia en la Comunidad de cuidado, se evidencia interés de las personas mayores, comprensión de las temáticas presentadas y solución de inquietudes manifestadas por las personas mayores. Se realiza revisión de la caracterización, seleccionando: EPOC, hipertensión arterial, hiperplasia prostatica, insuficiencia renal.
	Actividad 2 (Terapia Ocupacional)RutinAVD : Se realizarán (02) actividades semanales a través de una metodología denominada "aprendizaje basado en proyectos - ABP" en el cual permite adquirir conocimientos y competencias a través de la elaboración de proyectos que den respuesta a problemas de la vida real. proyectadas: 2 actividades, Ejeuctadas : 7 actividades. con las siguientes fechas 02/10/2023, 13/10/2023, 17/10/2023, 20/10/2023 ,20/10/2023, 30/10/2023 y 31/10/2023 A partir de un problema concreto y real, esta metodología garantiza procesos de aprendizaje más didácticos, eficaces y prácticos y permite a cada persona desarrollar competencias complejas como el pensamiento crítico, la comunicación, la colaboración y la resolución de problemas, de la siguiente manera: 1. Selección de la temática a abordar cada dos meses (arreglo personal, lavado de manos) por medio de preguntas abiertas, se brinda la apertura a la temática a trabajar en el bimestre.
	Actividad 3 (Nutrición). "Comiendo saludable". Se realizará una (1) actividad durante el mes. En la cual se realizará una retroalimentación de las actividades anteriormente ejecutadas sobre la importncia de alimentarse saludable, se programá utilizar los materiales elaborados con los participante. Se pretende reforzar la improtancia de hábitos saludables en la alimentación, y que a su vez puedan ir logrando la adquisición de algunos de ellos. La metodología a utilizar es mediante un proceso de aprendizaje y enseñanza sustentado en los conocimientos anteriores, y en algunos casos de las vivencias adquiridas años atras.
	Actividad 4 "Viviendo el presente", Promover actividad para favorecer el fortalecimiento y mantenimiento cognitivo de las personas mayores. 1 sesión. (mándalas). 11/10/2023. Se realiza proceso de convocatoria vos a vos bajo el apoyo del área de enfermería. Se aprovecha el espacio del desayuno para informarles a todas las personas mayores sobre la actividad que se va a desarrollar. También se les indica que la actividad se va a llevar a cabo en el patio. en donde se va a desarrollar ejercicio cognitivo por medio de mándalas. Sesión 2 (bingo). 13/10/2023. Se realiza proceso de convocatoria vos a vos bajo el apoyo del área de enfermería. Se aprovecha el espacio del refrigerio para informarles a todas las personas mayores sobre la actividad que se va a desarrollar. También se les indica que la actividad se va a cabo en el patio de afuera. Se incentiva a los participantes que se van a otorgar premios a las personas que ganen el bingo, ya sea dinero o comida.
	Actividad 5 (Fisioterapeuta) "Bienestar en movimiento": Para el mes de Octubre se lleva a cabo con las personas mayores Técnica de Bobath. Se realiza actividad en espacios previamente seleccionados, donde cada una de las personas mayores llevan a cabo los ejercicios y realización de la técnica de Bobath según las necesidades y patologías de base, con un enfoque hacia la función motora para lograr en las personas a través de la reeducación sensoriomotriz y la adaptación del entorno la normalización del tono muscular, la mejoría de la movilidad, la optimización de las capacidades funcionales en las actividades diarias y fortalecimiento muscular; permitiendo la actividad según la funcionalidad e independencia.

	Actividad 6 (Fisioterapeuta) "Activos Saludables": Se llevan a cabo actividades para fomentar las habilidades motoras y cognitivas por medio de la neurorehabilitación, como herramienta complementaria para alcanzar diversos objetivos terapéuticos contribuyendo a un enfoque integral para el cuidado de la salud y la rehabilitación de las personas mayores. Para el mes de Octubre se llevaron a cabo ejercicios de memoria, atención concentración y funciones ejecutivas.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Actividad 1 (enfermeria) Actividad 1 (Enfermeria) : se realiza actividad el 10/10/2023 con 21 personas mayores quienes pertenencen a la comunidad de cuidado, la actividad se desarrolla en diferentes espacios en los cuales se abordan 4 de las patologías de mayor prevalencia en las personas mayores y con mayores de riesgos de complicaciones por ser enfermedades crónicas. Se explica qué son cada una de las enfermedades, cómo afectan el organismo, cómo se desarrollan, su tratamiento y posibles complicaciones. Así msimo se resalta la importancia de asistir a consultas médicas y dar cumplimiento a las indicaciones médicas para prevenir complicaciones.
	Actividad 2 (Terapia Ocupacional) RutinAVD -02/10/2023, 13/10/2023, 17/10/2023, 20/10/2023 ,20/10/2023, 30/10/2023 y 31/10/2023 se hace preguntas orientadoras a las personas mayores tras la visualización de videos como: https://www.youtube.com/watch?v=zTYak_9_mqY https://www.youtube.com/watch?v=5nrzfm9UWIc https://www.youtube.com/watch?v=NiMmAj1EKdVo https://www.youtube.com/watch?v=3fWP9vHWGxU https://www.youtube.com/watch?v=czCphrLerwg se hace la orientación de preguntas a las personas mayores como: ¿Cómo concienciaría a los compañeros acerca de la importancia de cambio de lavado de manos y dormir adecuadamente ? ¿Qué campaña realizarías para dar a conocer a los compañeros acerca de una adecuada lavado de manos y descansar? ¿Es posible que los pictogramas ayuden a promover cambios de rutinas? ** es de mencionar que esta actividad se ha incrementado en tanto se evdiencia bajos habitos higinecios que requeiren de mas sensibilización.
	Actividad 3. "Comiendo saludable" Se desarrolla una sola actividad el día 23/10/ 2023 en las horas de la tarde con 30 personas mayores quienes reciben el acompañamiento de la nutricionista. Se trabaja sobre el mural el cual lleva de titulo "Menos sal...mas salud" y se recuerda la proyección sobre sin sal se vive mejor. Las personas mayores manifiestan que si es importante disminuir el consumo de sal en las preparaciones, porque la sal en exceso es la promotora de la presencia de muchas enfermedades como es la hipertensión la cual la sufren la mayoría de las personas que viven en la comunidad de cuidado, y otras enfermedades como dañar el riñon, complica la enfermedad de la diabetes. Otras personas mayores comentan que si estan de acuerdo con dejar la sal, y que van a poner de su parte para no presentar conductas de desaprobación frente a la dieta hiposódica. Otras señoras soiicitan que por favor no se sigan utilizando especies en los alimentos para acentuar el sabor de las comidas, y lograr disminuir la sal. Solicitan que el mural (papel kraf) sea publicada en el comedor.
	Actividad 4 Viviendo el presente (memoria a corto plazo) Sesión 1 (mandálas). 11/10/2023. Se desarrolla actividad el día 11 de octubre durante la jornada de la mañana, desde las 9:00 a.m. hasta las 10:30 a.m. en la sala de televisión. Donde se ubicaron a los participantes en la zona del patio, en mesas de trabajo. A cada uno se le hizo entrega de un mándala para colorearlo a gusto personal. También se adecuo el espacio con música relajante y se hizo acompañamiento a las personas mayores que requirieron de apoyo. Sesión 2 (bingo). 13/10/2023. Se desarrolla actividad el día 13 de octubre durante la jornada de la mañana, desde las 11:00 a.m. hasta las 12:30 p.m. en el patio de afuera de la comunidad. En donde se adecua el espacio para llevar actividad de bingo. Se lleva a cabo en total tres bingos, en donde se cuenta con el apoyo de los auxiliares de enfermería y practicantes para ayudar a llenar el cartón de las personas que se les dificulta comprender la dinámica del juego.
	Actividad 5. "Bienestar en movimiento": Se ejecutaron 14 sesiones en total realizadas en el mes de Octubre de 2023, realizadas los días martes y jueves, donde se llevan a cabo 2 actividades en el día en las fechas 3, 5, 12, 17, 19, 26 y 31. Se realiza desplazamiento de las personas mayores al gimnasio para la realización de las actividades propuestas de tal manera que se inicia con un precalentamiento muscular de manera progresiva. Se realiza toma de signos vitales. Se inician actividades de calentamiento muscular por medio de mecanoterapia por 15 a 20 minutos con actividad en circuito y trabajo en colchonetas para movilidad articular. Se realizan ejercicios de Bobath por medio de elementos terapéuticos como balones, rollos, colchonetas, bandas elásticas, utilizados para miembros superiores e inferiores, teniendo en cuenta los ejercicios establecidos para cada persona segun sus patologías de base. Se Finaliza con ejercicios de estiramientos generalizados.
	Actividad 6. "Activos Saludables". Se llevan a cabo 17 sesiones en total realizadas en el mes de Octubre de 2023. Estas son realizadas los días lunes, miércoles y viernes, donde se llevan a cabo 2 actividades en el día en las fechas 2, 9, 11, 18, 23, 25 y 30. Los días 6, 13 y 27 se realizan tres actividades en el día. El día 4 de Octubre se lleva a cabo una sesión. Se realiza desplazamiento de las personas mayores al gimnasio o sala de estimulación Snoezelen para la realización de las actividades propuestas. Se llevan a cabo ejercicios de funciones ejecutivas en las personas mayores para generar habilidades cognitivas superiores; las cuales van a favorecer en la planificación, organización, toma de decisiones, resolución de problemas y autorregulación. Se desarrollan ejercicios de cognición para evitar el deterioro cognitivo por el proceso de envejecimiento normal, por medio de actividades que promueven la memoria, atención y concentración. Ejecución de ejercicios que implican la planificación y organización de tareas, como la resolución de problemas o la secuenciación de actividades, las cuales pueden ayudar a las personas mayores a mejorar su capacidad para llevar a cabo actividades de la vida diaria de manera más eficiente. Actividades de habilidades motrices donde se logra interactuar directamente con las personas mayores trabajando técnicas psicomotrices, a través de estiramiento muscular y movilización articular activo dirigidos, donde se promueve la concentración y asociación con material didáctico para la comunicación y el lenguaje, lo cual permite una participación voluntaria y dirigida, logrando la interacción entre los mismos. Se Finaliza con ejercicios de estiramientos generalizados.

3.3.3. MOMENTO FINAL	Actividad 1 (enfermeria) Actividad 1 (Enfermeria) : se finaliza actividad dando cumplimiento al objetivo proyectado en donde las personas participan de la actividad, permiten la realizacioón de acciones de cuidado como toma de glucometría, toma de signos vitales, adminsitración de medicamentos, ingesta de agua, los cuales se proponen como acciones que permitan identificar posibles complicaciones a estas patologías y su detección oportuna.
	Actividad 2 (Terapia Ocupacional) RutinAVD : Se finaliza con la indicación a las personas mayores de reflexionar y generar una estrategia que permita buscar motivar a las personas que no hacen una adecuada higiene en el lavado de manos y descansar y dormir, se motiva frente a la importancia de aumentar la frecuencia de la misma.
	Actividad 3: "Comiendo saludable" : Se termina la actividad dejando el mural (papel kraf) en las instalaciones del comedor. Y la mayoría de las persona mayores entiende sobre la importancia de disminuri el consumo de sal en las preparaciones, pero también nuevamente manifiesta que esto les es muy difícil, pero entendiendo que la sal no es lo mejor para la salud, van a poner de hacer lo posible por comer mejor. Otras personas mayores participando con aportes como la importancia de consumir mas verduras y frutas todos los días. De disminuir el consumo de alimentos fritos que algunos compran en la cafetería.
	Actividad 4: En las actividades desarrolladas en la propuesta "vivir el presente", Sesión 1 (mándalas) Al finalizar la actividad se les indaga a las personas mayores su grado de satisfacción con la actividad desarrollada. Evidenciando que la mayoría de participantes muestran agrado por la actividad propuesta, dentro de la actividad se destaca el compromiso de: Luis Molina, Rosa Beltrán, Martha Machado, Alvaro Alvarez, Jorge Guevara, Hernando Aguirre, Rafael Fernández y Jaime Rodríguez. Sesión 2 (Bingo). Al finalizar la actividad se les indaga a las personas mayores su grado de satisfacción con la actividad desarrollada. Evidenciando que la mayoría de participantes muestran agrado por la actividad propuesta, dentro de la actividad se destaca la participación de: Luis Molina, Gilberto Villarraga, Hernando Aguirre, Luis Molina, Marta Cano, Martha Murcia, Paulino Niño, Israel Suárez y Jorge Rojas.
	Actividad 5: En las actividades que se llevaron a cabo dentro de la la técnica de Bobath, aplicada para las personas mayores, se manejaron como recursos colchonetas, rollos, pelota fitball, bandas elásticas, aros, pesas de varias resistencias, dónde se realizaron ejercicios de movilidad articular para miembros superiores e inferiores de manera pasiva y asistida, continuando con estiramientos generalizados, destacando en este mes la participación de Ana Sastoque, Luis Molina, Julio Sabalza, Jaime Ospina, María Del Rosario Saray. Para el desarrollo de esta técnica se mantiene el enfoque terapéutico para el manejo en personas con trastornos neuromotores o con un deterioro en la movilidad o de las funciones sensoriales. Se logra el fortalecimiento músculo esquelético, aumento en equilibrio, propiocepción, coordinación y tolerancia a los diferentes estimulos para manejo de lateralidad y manejo de segmentos corporales.
	Actividad 6: Se evidencia en las actividades desarrolladas en el mes de Octubre, la activación de funciones ejecutivas mediante actividades y ejercicios mentales, cumpliendo con el objetivo propuesto de la actividad, reconociendo la participación de Jorge Guevara, Leonel Gonzalez y Juana Villazón. Se logra identificar la motricidad fina, pinzamiento, concentración, asociación de colores, donde se destacan llas personas mayores Marta Machado, Luis Molina, quienes participaron activamente realizando la actividad de corte y motricidad. Se logra aumentar en las personas mayores, las destrezas cognitivas y motoras proporcionando acciones que permiten el incremento de asociación, memoria, atención y concentración frente a los estímulos proporcionados; por medio de actividades de neurorehabilitación para afianzar su movilidad articular, motricidad fina y gruesa, secuencia, coordinación, propiocepción percepción e integración sensorial, lenguaje y comunicación.

3.4 RECURSOS	
Se ponen los recursos utilizados para todas las actividades (general)	
Video Beam	Auxiliares de enfermería 1
Parlante	Profesional en psicología 1
Sillas	Profesional en gerontología 1
Mesas	Profesional en enfermería 1
Juegos de mesa	Profesional en fisioterapia 1
Pliego de papel Kraft	Profesión en nutrición 1
Pinturas	Tallerista 1
Pinceles	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
Actividad 1 (enfermeria) Actividad 1 (Enfermeria) "Conozco, me cuido": se realizó 1 sesión con la participación de 21 personas mayores en actividad sobre patologías como EPOC, hipertensión arterial, hiperplasia prostatica, insuficiencia renal. Posterior a la explicación, se realizan actividades prácticas como toma de signos, glucometrías, toma de medicamentos, explicación de experiencia de asistir a diálisis por una de las personas mayores. Hay buena particpación, intermitente por parte de algunos pero logran identificar y reconocer sus antecedentes de vida como factor desencadenante a sus enfermedades actuales.

Actividad 2 (Terapia Ocupacional) RutinAVD -02/10/2023, 13/10/2023, 17/10/2023, 20/10/2023 ,20/10/2023, 30/10/2023 y 31/10/2023 Johanna Olaya: 02/10/2023 y 13/10/2023: Se evidencia a nivel general motivación y agrado por la ejecución de este tipo de actividades, logrando que dentro de los videos los participantes socialicen sus ideas y permitan generar una conciencia de la importancia del sueño y su impacto.
En el caso de Antonio Rendon, Jorge Rojas, Maria Gloria Ruiz, Julio Sabalza se menciona la importancia de hacer silencio para poder conciliar el sueño, por lo cual se menciona la importancia decir al baño antes de acostarse a fin de poder descansar, ya que algunas veces sus compañeros a media noche hacen ruido y no les deja dormir, por la alta frecuencia de ir al baño. Por otra parte, en el caso de Ana Corona, Rosa Contreras y Rafael Fernandez menciona no tener dificultades para conciliar el sueño a no ser que estén pasando por alguna enfermedad que en ocasiones puede afectar este proceso, no obstante, mencionan no tener complicaciones durante su descanso. Sumado a lo anteriro se hace una actividad de masaje relajante y actividad de aromaterapia en dodne se muestran receptivos frente a la ejecución. 17/10/2023 y 20/10/2023: Tras la indicación del lavado de manos se evidencia que los participantes se organizan de manera adecuada, se evidencia en algunos de los participantes se requiere refuerzo para que desarrollen todos los pasos para un adecuado lavado de manos, dado que solo lo hacen de manera interdigital, se refuerza este proceso en Jaime Ospina, Clara Berrios, Rosa Beltrán y Rafael Fernández, logrando que se froten las manos con el jabón hasta que se haga espuma por el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas, logrando así el cumplimento de la actividad se sugiere de la importancia de hacerlo con frecuencia, no obstante Clara Berrios menciona que es difícil en momentos dado que según ella es de difícil acceso el lavamanos, sin embargo dentro del ejercicio práctico se muestra que puede hacerlo y que es un prejuicio, mencionando que hará el esfuerzo de aumentar la frecuencia. 30/10/2023: Durante la ejecución de la actividad se evidencia gusto e interés de los participantes en desarrollar la actividad, en donde se destaca la participación de , Gustavo Aguirre, Luis Ausique, Jaime de Jesus Rodriguez y Alvaro Delgado, quienes se evidencia hiporreactividad frente al estímulo áspero y viscoso de la exfoliación, sumado que posteriormente a excepción de Rosalba Escobar, Silva Mendoza muestran agrado por la decoración de uñas con esmalte. Por otra parte, Leonel Gonzales, Paulino Niño y Luis Molina participan de la actividad solicitando su cortaúñas y realizando la actividad de corte de uñas de manera autónoma, de igual manera se observa uso de la lima de forma adecuada. En el Caso de Israel Morales se observa que requieren apoyo en el uso del cortaúñas, muestra agrado frente al estímulo de la exfoliación y observan la sedosidad de las manos tras la exfoliación.Se aprovecha y se desarrolla tambien masaje a nivel de la cara con aplicacion de mascarilla, lo cual genera agrado en las personas mayores. 31/10/2023: Se hace refuerzo nuevamente acerca del uso y dosificación de los elementos del kit de aseo de manera especial se enfatiza en el uso del enjuague bucal, se refiere que este se debe tener en cuenta en pocas cantidades y no se debe pasar, tras la intervención se evidencia que dentro del cepillado algunas personas usan de manera inicial el enjuague bucal al inicio del proceso de cepillado como el caso del señor Agustin Amaya y Álvaro Delgado se hace de manera demostrativa el proceso a fin de interiorizar el uso después del cepillado de dientes, logrando realizarlo tras la explicación. Por otra parte, se observa que Martha Vanegas, Juana Villazón y Álvaro Álvarez reconocen la medida que se debe usar en la toma del enjuague, no obstante se reitera la importancia de su uso.

Actividad 3. "Comiendo sasludable". Con la actividad desarrollada en este mes se logró que una persona mayor que no aceptaba los alimentos bajos de sal, estuviera con mejor adherencia a la modificación alimentaria hiposódica. Se evidencia que a mayoría de las personas mayores comprenden la importancia de disminuri el consumo de sal, pero a su vez es un habito que les cuesta adquirir. Por lo tanto se ve la necesidad de continúar reforzando la importancia de disminuir el consumo de sal, y cuales son los factores de riesgo por continuar con este habito poco saludable.

Actividad 4 Vivir el presente. Sesión 1 (mándalas): En esta actividad se logra fortalecer los procesos cognitivos de las personas mayores por medio de la actividad propuesta. Resaltando la habilidad de concentrarse, seguir instrucciones y la creatividad para pintar los mándalas. Sin embargo, se sigue evidenciando deterioro físico y cognitivo de un buen número de las personas mayores, les limita realizar los ejercicios solicitados. Por tal motivo se reitera la necesidad, generar grupos focales para establecer actividades con distintos grados de dificultad. En esta actividad logran participar 26 personas mayores, representando el 52% de la población. Dicha actividad se lleva a cabo bajo la responsabilidad del profesional en psicología. Juan Camilo Salas Castro. Sesión 2 (bingo): En esta actividad se logra fortalecer los procesos cognitivos de las personas mayores por medio de la actividad propuesta. Resaltando la habilidad de concentrarse, seguir instrucciones y atención sostenida. Sin embargo, se sigue evidenciando deterioro físico y cognitivo de algunas personas que se involucraron en la actividad, requiriendo de apoyo, direccionamiento físico y supervisión constante. Por tal motivo, se aborda proceso de acompañamiento por medio de auxiliares de enfermería y practicantes. En esta actividad logran participar 22 personas mayores, representando el 44% de la población. Dicha actividad se lleva a cabo bajo la responsabilidad del profesional en psicología. Juan Camilo Salas Castro.

Actividad 5 (Fisioterapia) "Bienestar en movimiento":

* Para el mes de Octubre se lleva a cabo con las personas mayores Técnica de Bobath
* Estas actividades se ejecutaron los días martes y jueves donde se llevan a cabo 2 actividades en el dia en las fechas 5, 12, 14, 19, 21, 26 y 28 y en el día 7 se realiza una actividad.
para un total de 15 sesiones realizadas.
* Se evidencia en las actividades desarrolladas participación y habilidad en esquema corporal, manejo de lateralidad, fases de la marcha, equilibrio, flexibilidad y fortalecimiento muscular propioceptiva.
* Partticipación de personas mayores. Se desarrollan ejercicios de bobath para las personas mayores. Se evidencia buen manejo y adaptación de los ejercicios de fortalecimiento y patrones fundamentales por medio de los elementos terapéuticos en las personas mayores Ana Sastoque, Jaime Ospina, Rafael Fernandez, Jorge Guevara, Martha Machado e Isrrael Suarez.
* Se evidencia durante las actividades de bienestar en movimiento una adecuada movilidad por parte de las personas mayores María Gloria Ruiz, Paulino Niño, Jaime Caro y Rosario Saray, quienes al momento de ejecutar los ejercicos siguen comandos verbales y ejecutan ejercicios de manera adecuada; sin embargo, Julio Sabalza requiere de mayor ayuda al momento de realizar los ejercicos y seguir las indicaciones, ejecutándolos hasta el final con asistencia

Actividad 6 (Fisioterapia) "Activos Saludables":

* Se realiza actividad para fomentar las habilidades motoras y cognitivas por medio de la neurorehabilitación, donde se llevaron a cabo ejercicios cognitivos para fomentar memoria, atención, concentración y funciones ejecutivas.
* Estas actividades se ejecutaron los días los días lunes, miércoles y viernes; donde se llevan a cabo 2 actividades en el día en las fechas 4, 11, 13, 18, 20, 22 y los días 1, 15 y 29 se realizan tres actividades en el día; para un total de 21 sesiones en el mes de Octubre de 2023.
* Se evidencia en las actividades ejecutadas por parte de las personas participantes interés y agilidad para realizar circuitos para fortalecer sus habilidades cognitivas.
* Parfticipación de personas mayores. Se brinda apoyo físico durante la realización de los ejercicios, ya que los ejercicios de coordinación y equilibrio requieren un grado de concentración y atención, lo que proporciona una estimulación cognitiva en las personas mayores; ayudando a mantener y mejorar la función cerebral, así como a prevenir o retrasar el deterioro cognitivo relacionado con la edad. La persona mayor Gloria Ruiz, inicia y completa la actividad, colaborando a sus pares en la realización de las mismas. La habilidad en el manejo de lateralidad de la persona mayor Jorge Guevara, conlleva que las demás personas mayores desarrollen la actividad de forma dinámica y rápida. Rosa Beltrán requiere de apoyo en los ejercicios realizados en el busu. Se resalta la participación de la persona mayor Jaime Ospina a nivel grupal, la persona mayor Juana Villazón desarrolla los ejercicios de lateralidad y coordinación de manera autonoma e independiente. El desarrollo de los ejercicios durante la actividad, los ejecuta sin requerir mayor apoyo la persona Rosa Contreras, quien permanece más tiempo en la actividad. La persona mayor María del Rosario Saray, realiza los ejercicios de coordinación y propiocepción mejorando la capacidad de movimiento.

5. FIRMA DE PERSONAS MAYORES

Actividad 1: Agustina Amaya

Actividad 2: RAL

Actividad 3: Narciso C.

Actividad 4: A R T

Actividad 5: [illegible]

Actividad 6: Martha Yanegas

Fecha de evaluación del encuentro: 01/10/2023 Poner último día de la ejecución de la actividad 31/10/2023

Nombre del profesional que evalúa: Juan Carlos Rodriguez Bautista (coordinador) [signature] Relacionar todos los profesionales Juan Camilo Salas Castro Psicólogo, Leidy Johanna Olaya Olaya Terapeuta ocupacional [signature], Adriana Forero Sánchez – fisioterapeuta [signature], María Mónica Pérez – jefe de enfermería [signature], Alba Lucia Ardila Almeida – Nutricionista [signature]

REGISTRO FOTOGRAFICO CUERPO Y MENTE

1. **Conozco, me cuido: 10/10/2023**

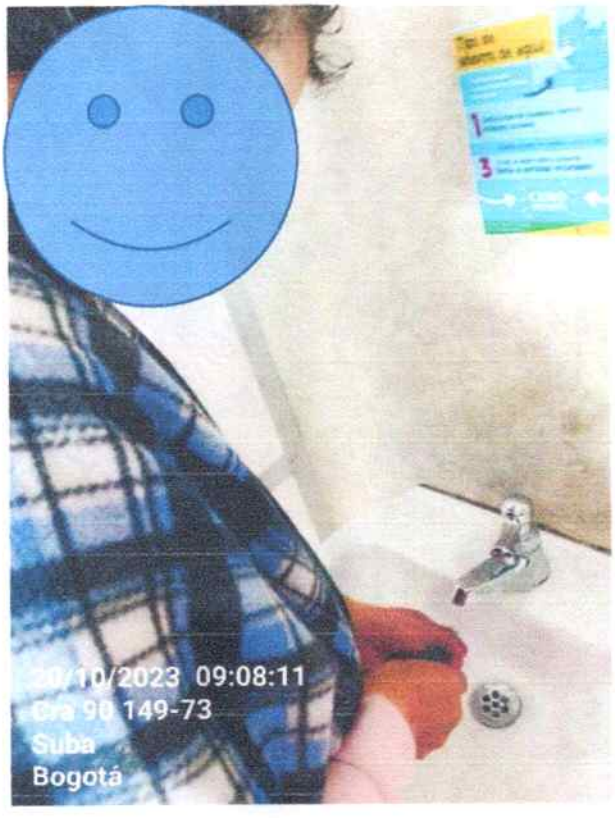




2. **RutinAVD - Johanna Olaya: 02/10/2023, 13/10/2023, 17/10/2023, 20/10/2023, 30/10/2023 y 31/10/2023**




Suba
Bogotá


Cra 90 149-73
Suba
Bogotá



3. **Comiendo Saludable: 23/10/2023**





4. **Viviendo El Presente: 11/10/2023, /10/2023**





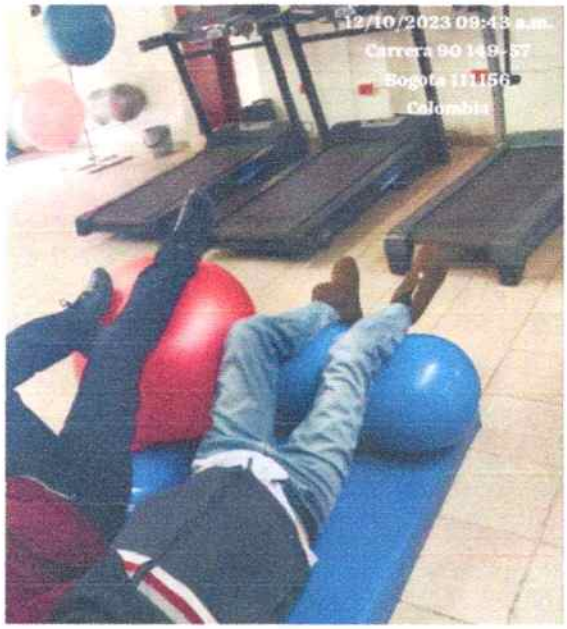
1. **Bienestar En Movimiento**

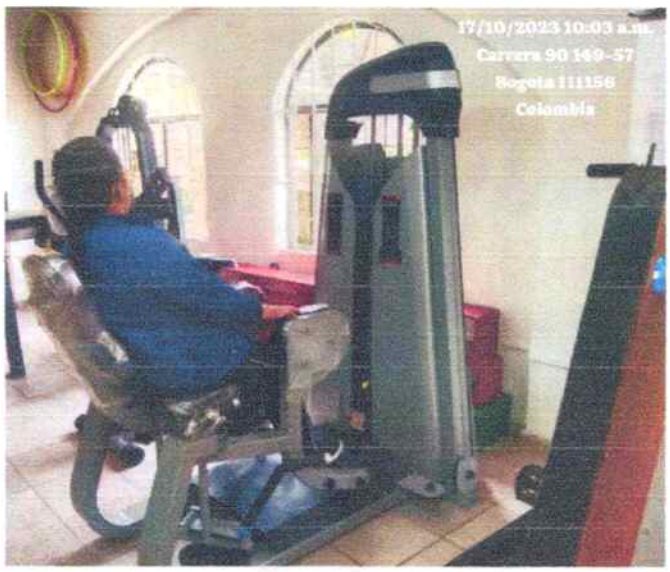
Fisioterapia - Adriana Forero

Se ejecutaron 14 sesiones en total realizadas en el mes de Octubre de 2023, realizadas los días martes y jueves; donde se llevan a cabo 2 actividades en el día en las fechas 3, 5, 12, 17, 19, 26 y 31.



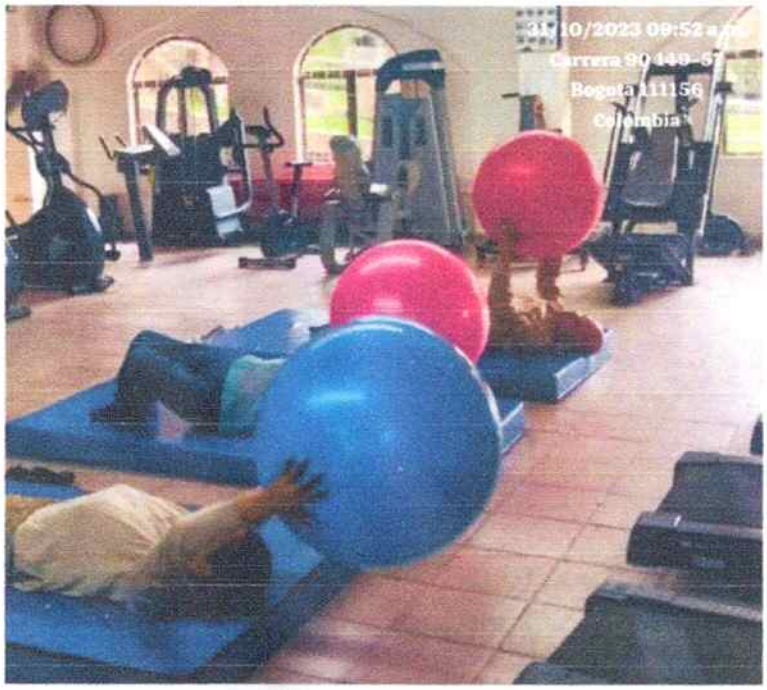



12/10/2023 09:43 a.m.
Carrera 90 149-57
Bogota 111156
Colombia


17/10/2023 10:03 a.m.
Carrera 90 149-57
Bogota 111156
Colombia


19/10/2023
Bogotá
Colombia


Bogotá
Colombia



6.Activos Y Saludables

Fisioterapia - Adriana Forero

Se llevan a cabo 17 sesiones en total realizadas en el mes de Octubre de 2023. Estas son realizadas los días lunes, miércoles y viernes; donde se llevan a cabo 2 actividades en el día en las fechas 2, 9, 11, 18, 23, 25 y 30. Los días 6, 13 y 27 se realizan tres actividades en el día. El día 4 de Octubre se lleva a cabo una sesión.




04/10/2023 10:11 a.m.
Carrera 90 149-57
Bogota 111156
Colombia


06/10/2023 09:41 a.m.
Carrera 90 149-57
Bogota 111156
Colombia


09/10/2023 09:32 a.m.
Carrera 90 149
Bogota 111150
Colombia


Carrera 90 149-57
Bogota 111150
Colombia




16/10/2023 09:56 a.m.


23/10/2023 09:38 a.m.


25/10/2023 09:03 a.m.
Carrera 90 149-57
Bogota 111156
Colombia


26/10/2023 10:00 a.m.
Carrera 90 149-57


Carrera 90 149-57
Colombia