ACTA No 401 CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA – 2023

FECHA: Bogotá, octubre, 26 de 2023.

HORA: 11:00 a.m. - 12:00 p.m.

LUGAR: Oficina de coordinación de la Comunidad de cuidado hogar casa Santa María

TEMA: Informe de la actividad realizada de estilos de vida saludable.

ASISTENTES: Alba Lucía Ardila Almeida (responsable de la actividad Nutricionista) y Juan Carlos Rodríguez (coordinador responsable de la unidad operativa).

ORDEN DEL DÍA:

1. Evaluación de la actividad de estilos de vida saludable.
2. Resultado del pre y post tes.
3. Registro fotográfico.

DESARROLLO:

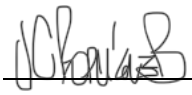
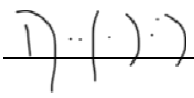
1. Evaluación de la actividad de estilos de vida saludable: Se registra como evaluación de la actividad de estilos de vida saludable que el día de hoy hubo buena participación por parte de las personas mayores. Un grupo de personas mayores realizan la actividad física con el apoyo de la fisioterapeuta, al tiempo que otro grupo de personas mayores realizan la preparación saludable. Se observa que las personas mayores les agrada la actividad física, puesto que todos los ejercicios los realizaron con agrado. Con relación a la preparación saludable se evidencia que algunas personas mayores conservan destreza en el manejo de los implementos de cocina. Pero lo mejor es que les agrado la preparación sin necesidad de adicionar azúcar.
2. Resultado del pretest: El pretest se realiza con pregunta abierta. Se les pregunta a las personas mayores: ¿Qué entienden por estilos de vida saludable? Se evidencian que las personas mayores que participaron de la actividad tienen mas claro que es un estilo de vida saludable. Manifiestan: “Es hacer ejercicio seguido, comer verduras y menos empanadas, y bañarse todos los días.

3. Resultado del post test: Al finalizar la actividad se realiza la misma pregunta. ¿Qué entienden por estilos de vida saludable? Manifiestan nuevamente que realizar ejercicio, comer menos arroz, papa y yuca, y mas verduras y frutas. Solicitan que las frutan sean blandas como el banano o las fresas. También se evalúa la actividad a través de un juego de triqui…en la cual las personas mayores realizan parejas con procesos de vida saludable.
4. Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día 24 de noviembre de 2023.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Juan Carlos Rodriguez Bautista	Coordinador	Centro Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María	
Alba Lucía Ardila Almeida	Nutricionista	Centro Comunidad de Cuidado Hogar Casa Santa María	

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Actividad física









Preparación saludable









Parte del sistema de evaluación





Elaboró: Alba Lucía Ardila Almeida (Nutricionista)