Lugar	COMUNIDAD DE CUIDADO CORAZÓN INMACULADO DE MARÍA
Fecha	27 de Diciembre del 2024 10:00-10:30am
Tema	EJE CUIDADO INTEGRAL LÍNEA DE ATENCIÓN: CUERPO Y MENTE ACTIVIDAD PAI DOSIS DE VITALIDAD
Desarrollo	**ORDEN DEL DÍA** 1. Objetivo 2. Introducción 3. Metodología 4. Recursos **1. OBJETIVO** Mantener rutinas saludables de cuidado de la salud en las personas mayores por medio de acciones cotidianas que favorezcan la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad. **2. INTRODUCCIÓN** El autocuidado es un aspecto fundamental para el bienestar y la salud de las personas mayores, especialmente aquellas con dependencia funcional. La dependencia funcional implica una limitación en la capacidad de realizar actividades cotidianas de manera autónoma, lo que puede afectar la capacidad de llevar a cabo prácticas de higiene personal de forma adecuada. Sin embargo, mantener una higiene adecuada es esencial para prevenir infecciones, problemas dermatológicos y otros trastornos relacionados con la salud. Además, fomenta la autoestima, la dignidad y la calidad de vida de las personas mayores El autocuidado para este grupo de personas no solo busca la realización de tareas como bañarse o cepillarse los dientes, sino que también se enfoca en adaptar el entorno y las rutinas a las necesidades y capacidades individuales, promoviendo la seguridad y comodidad. Es importante involucrar a la persona mayor en el proceso, en la medida de lo posible, para que conserve su autonomía y participación en su cuidado diario. Asimismo, es esencial contar con el apoyo de cuidadores y profesionales de la salud para garantizar que las prácticas de higiene se realicen de manera adecuada, respetuosa y sin poner en riesgo la salud de la persona. **3. METODOLOGÍA** Desde el área de enfermería, se promueve un enfoque integral del cuidado de la salud de las personas mayores, con el objetivo de garantizar una mejor

calidad de vida y favorecer un envejecimiento saludable. En este marco, se implementan actividades diarias que abarcan tanto las Actividades de la Vida Diaria (AVD) como las Actividades Básicas Cotidianas (ABC), con un enfoque centrado en fortalecer el autocuidado a través de la creación de rutinas diarias, promoviendo así el bienestar físico y mental y favoreciendo un envejecimiento activo y saludable.

Dentro de estas actividades, se incluyen prácticas de autocuidado esenciales, como la higiene personal general y específica, que abarca higiene oral, corte de uñas de manos y pies, afeitado, limpieza de oídos, hidratación de la piel y arreglo personal. Todas estas acciones se realizan siguiendo estrictos protocolos de bioseguridad, garantizando el uso adecuado de los elementos de protección personal y manteniendo un ambiente de asepsia.

Además, se pone especial énfasis en las personas mayores que mantienen su independencia en estas tareas, ofreciéndoles supervisión cuando lo requieren y brindándoles instrucciones claras y sencillas para que puedan realizar las actividades de forma autónoma y segura.

4. RECURSOS

- Máquinas de afeitar
- Espuma de afeitar
- Corta uñas
- Limas
- Bloqueador
- Isopos
- Crema Hidratante

Se anexa registro fotográfico

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Se anexa planilla de asistencia		
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No aplica	*No aplica*	*No aplica*
Próxima reunión	No aplica		
Elaboró	Adriana Ardila Torres		

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023	
Versión: 2	
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024	
Página: 1 de 1	

Tema: Eje cuidado integral- Linea de atención: Cuerpo y mente. Dosis de Vitalidad.

Lugar o Localidad o Sede : Corazón Inmaculado de María

Fecha y hora: 27/12/2024

Nombre responsable:

Dependencia responsable: Subdirección para la vejez

Item	Nombres y Apellidos	Documento de identidad		Entidad / Dependencia	Rol / Cargo	Planta / Contratista	Correo electrónico	Teléfono y Ext. / Celular	Firma
		Tipo	Número						
1	Lizeth Daniela Viñas Ardila.	CC	1.033.808.660	CC Corazon Inmaculado de María	Enfermera		danielamos2023@gmail.com	3207188310	Lizeth
2	Hna. Anabelly Cadena	C.C	1086754440	CC Corazón Inmaculado	Coordinadora		anitaisamo2278@hotmail.com	3125848679	Hna. Anabelly C.
3	Card Jimena Sora Tafur	CC	1000 363 313	corazon Inmaculado de maria	Enfermera		Jime-430 at bot	3026168147	Jimena Sora
4	Laura Alejandra Ruiz	CC	1122136148	Corazon Inmaculado de maria	Enfermera		laura43@ucan.edu.co	3125584003	Laura R-13
5	Adriana Avelda Torres	CC	51897054	CCC Inmaculado de Maria	Enfermera		adrianaavelatorres@gmail.com	3117761065	
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afecten mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

REGISTRO FOTOGRÁFICO DOSIS DE VITALIDAD MES DE DICIEMBRE

SEMANA 1





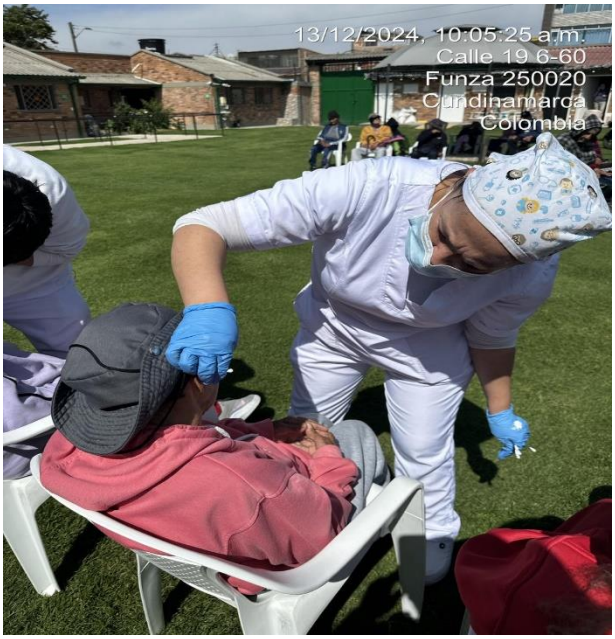




SEMANA 2


10 dic. 2024 9:51:31 a. m.
19-75 Carrera 6a
Funza
Mosquera
Cundinamarca


11/12/2024, 10:13:01 a.m.
Calle 19 6-60
Funza 250020
Cundinamarca
Colombia


13/12/2024, 10:05:25 a.m.
Calle 19 6-60
Funza 250020
Cundinamarca
Colombia


14 dic 2024 10:12:25
19-75 Carrera 6a
Funza
Mosquera
Cundinamarca
Altitud:2576.8m
Velocidad:0.0km/h
#corazón inmaculado de María

SEMANA 3


16 dic 2024 10:33:44 a. m.
19-75 Carrera 6a
Funza
Mosquera
Cundinamarca


17/12/2024, 10:11:58 a.m.
Calle 19 6-60
Funza 250020
Cundinamarca
Colombia


20 dic 2024 09:53:56
19-75 Carrera 6a
Funza
Mosquera
Cundinamarca
Altitud:2574.5m
Velocidad:0.0km/h
#corazón inmaculado de María


20 dic. 2024 12:06:50 p. m.
6-54 Calle 19
Funza
Cundinamarca

SEMANA 4


23/12/2024 10:14:47 a. m.
20-25 Carrera 6
Funza
Cundinamarca


24 dic 2024 10:01:23
20-25 Carrera 6
Funza
Cundinamarca
Altitud:2562.2m
Velocidad:0.0km/h
#corazón inmaculado de María


25/12/2024 10:37:21 a. m.
19-75 Carrera 6a
Funza
Mosquera
Cundinamarca


26/12/2024 7:47:06 p. m.
20-37 Carrera 6a
Funza
Cundinamarca
CCC corazón inmaculado de María