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: **COMUNIDAD DE CUIDADO LA FORTUNA**

1.2 **Localidad: NO APLICA**

2. **Linea: CUERPO Y MENTE**

2.1. Fecha de Ejecución:

13	8	2026		13	8	2026

Nombre del encuentro: Cuidando mi salud respiratoria

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: CAROLINA MARTINEZ AMAYA- ENFERMERA JEFE

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fomentar medidas higiénicas y de protección, como el lavado de manos constante y la vacunación al día pra prevenir infecciones repsiratorias agudas.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Cuidando mi salud respiratoria: Fortalecer el autocuidado de las personas mayores en actividades básicas de la vida diaria, mediante acciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad durante su proceso de envejecimiento.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Cuidando mi salud respiratoria** **1** Actividad programada para el día 13 agosto 2026 La salud respiratoria es un pilar fundamental para mantener una alta calidad de vida. La capacidad de respirar sin dificultad, disfrutar de un sueño reparador y evitar infecciones recurrentes está estrechamente vinculada con el buen funcionamiento de nuestros pulmones. Un sistema respiratorio saludable no solo nos permite realizar actividades físicas con facilidad, sino que también reduce el riesgo de enfermedades a largo plazo que pueden afectar otros sistemas del cuerpo. Si nuestros pulmones no funcionan correctamente, podemos experimentar dificultad para respirar, fatiga y otros problemas de salud. También se abordó política publica de habitabilidad en calle enfatizando en deberes y obligaciones de la población habitante de calle. La actividad se desarrolló de la siguiente manera: **1.2** Ambientación del lugar donde se desarrollará la actividad **1.3** Invitación de las personas mayores a participar de la actividad **1.4** Ubicación de las personas mayores **1.5** Explicación de la temática **1.6** Desarrollo **1.7** Evaluación
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**1. Cuidando mi salud respiratoria** **1.1.** La actividad se desarrolló mediante taller explicativo, informativo y practico abordando el tema de interés en salud publica como la infección respiratoria aguda, incidencia que ha tenido en el mes y las complicaciones que se pueden tener si no se realizan buenas prácticas de autocuidado como: El lavado de manos constante, uso de mascarilla facial si presenta síntomas respiratorias, técnica adecuada al estornudar o toser e higienización de manos con alcohol, se explicó el uso correcto del tapabocas como se debe utilizar y cada cuanto se debe desechar. En cuanto a la política publica de habitabilidad en calle se explicó los derechos y deberes que se deben ejerce en este tipo de población como: Respeto, solidaridad social, protección de recursos naturales y culturales.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**1. Cuidando mi salud respiratoria** **1.1** Al finalizar la actividad se realizó taller practico de lavado de manos, se entregó tapabocas a las personas mayores que tienen síntomas respiratorios explicando previamente el uso correcto y se generó una retroalimentación verificando claridad del tema.

3.4.RECURSOS

Cuidando mi salud respiratoria	
Bafle	1
Sillas	42
Televisor	1
Enfermera Jefe	1

EVALUACION

1. Cuidando mi salud respiratoria
La actividad se desarrolló dentro de la Comunidad de Cuidado La Fortuna el día 13 agosto 2026 con la participación de 42 personas mayores. Para evaluar la adquisición de conocimientos en las personas mayores referente a la temática de la sesión, en este caso cuidados en la salud respiratoria, se hizo por medio de un instrumento no controlado, test de colores donde se realizaron preguntas acordes a la temática.
Este test consistió en 4 preguntas con dos opciones de respuesta:
A continuación, se presentan los resultados obtenidos tras las respuestas de los asistentes en cada actividad:
1. Debo lavarme las manos después de toser y/o estornudar? SI 35 personas mayores No: 0 personas mayores
2. Al estornudar debo cubrirme nariz y boca con el antebrazo? SI 32 personas mayores No 3 personas mayores
3. Al utilizar el tapabocas debo cubrir nariz y boca? SI 35 personas mayores No: 0 personas mayores
4. Si tengo síntomas gripales debo automedicarme? SI 5 personas mayores No: 30 personas mayores

En constancia en lo anterior firma

1. Cuidando mi salud respiratoria

1. FIRMA PERSONA MAYOR:
CÉDULA DE CIUDADANIA: 19.383.083
NOMBRE DE PERSONA MAYOR: CARLOS MANUEL ALEJO CETINA

Fecha de evaluación del encuentro: 13 agosto 2026

Coordinadora:Johanna Escobar Gonzalez

REGISTRO FOTOGRAFICO
CUIDANDO MI SALUD RESPIRATORIA





