FECHA:	28 de Septiembre al 27 de Octubre del 2021	
ACTIVIDAD: Estimulación de habilidades cognitivas Parte 2		
HORA DE INICIO: 8:00 am	HORA DE FINALIZACIÓN: 5:00 pm	
ELABORADO POR: Angie Melissa Sotelo Ramiréz	INFORME No. 1	

OBJETIVO

Estimular las habilidades cognitivas en el adulto mayor del municipio de Mosquera, con el fin de mejorar su condición de vida, estado físico y desarrollo psicomotor; garantizando así un envejecimiento saludable y prevención del deterioro cognitivo.

TAREAS REALIZADAS

Durante el mes de Octubre en el programa de salud mental, en pro de estimular las habilidades cognitivas del adulto mayor; se desarrollaron 4 intervenciones presenciales con los diferentes club's: Siempre Joven, Nuevo Amanecer, Sueños Maravillosos y Caminantes de la Vida de la casa del adulto mayor, en las cuales se trabajaron los siguientes temas: La atención, la memoria, el lenguaje, el razonamiento, la concentración, las praxias, la orientación, síntomas del déficit cognitivo y como estimular estas habilidades a través de distintas actividades. Estas temáticas fueron presentadas a cada grupo con ayudas audiovisuales (presentación en power point), en el transcurso de las sesiones se realizó interacción grupal con el fin de afianzar conceptos y se manejaron distintas dinámicas como herramienta de aprendizaje, se emplearon distintos mecanismos que permitieron potencializar las diversas habilidades del adulto mayor con el fin de prevenir su deterioro cognitivo ya que este factor se encuentra implícitamente relacionado con la autonomía y calidad de vida del ser humano.

1 INTERVENCIÓN: Se realiza intervención con el club Sueños Maravillosos, el día martes 19 de octubre del 2021 de 9:30am a 11:00am, se aborda el tema de habilidades cognitivas (qué son, cuales son y como reforzarlas para evitar el deterioro cognitivo), a través de herramientas audiovisuales que favorecieran el proceso de aprendizaje. Se recomiendan algunas actividades para trabajar en casa con la finalidad de prolongar la activación mental construyendo así adultos mayores competentes a nivel social; al finalizar la presentación teórica se desarrollan las siguientes dinámicas encaminadas a estimular la atención, el razonamiento y la memoria:

*1 Dinámica: Encontrar las 7 diferencias en la imagen que se proyectaba a través del recurso de video beam; allí los adultos mayores debían analizar dos imágenes similares, con el fin de hallar los pequeños detalles que las diferenciaban, a los adultos mayores con problemas de visión se les manejo entrega de hojas para el desarrollo de esta actividad, con este ejercicio se buscó agudizar la percepción visual y espacial apreciando diferencias cromáticas y del contorno de las figuras , estimulando así su capacidad analítica, agilidad mental y memoria visual.

* 2 Dinámica: Ordenar las palabras para obtener una oración; allí los adultos mayores tenían que ordenar las palabras expuestas en desorden en el tablero y formar una oración que tuviera coherencia, para esto pasaron al frente a escribir en el tablero cada oración que formaron; la intención de este ejercicio era favorecer la construcción de ideas mentales previas a la acción para formar adultos mayores mas conscientes de sí mismos y de su entorno .

*3 Dinámica: Se reprodujo el cuento "la bendición del pobre anciano" y se realizó

una ronda de preguntas relacionadas con la historia, la intención del ejercicio era facilitar la construcción del conocimiento a través de la memorización de contenidos.

2 INTERVENCIÓN: Se realiza intervención con el club Siempre Joven, el día martes 19 de octubre del 2021 de 2:30pm a 04:00pm, se realiza la explicación del tema de "habilidades cognitivas", se genera un espacio adecuado que propicie la estimulación cognitiva en el adulto mayor y aumente sus potencialidades; disminuyendo así las deficiencias existentes. Al finalizar la presentación teórica se desarrollan las siguientes dinámicas encaminadas a trabajar: las praxias, la concentración y el lenguaje

*1 Dinámica: Se organizaron 4 filas de 10 adultos mayores cada una, se ubicaron en hilera y se propuso un reto en donde debían pasarse una pelota de adelante hacia atrás por en medio de las piernas y el ultimo de cada fila en recibir la pelota debía pasar al primer puesto, así sucesivamente hasta regresar a la posición inicial. Esta actividad tenia como objetivo mejorar los movimientos corporales, la coordinación y agilidad del adulto mayor, permitiendo así mejorar su funcionalidad respiratoria, muscular y osea ,ya que estos factores son necesarios para mantener su independencia en la realización de tareas diarias.

* 2 Dinámica: Se proyectaron a través del video beam varias tablas con una secuencia de números en desorden, el objetivo de esta actividad era encontrar el número faltante y rellenar la casilla que se encontraba en blanco, esta dinámica tenia como intención trabajar la concentración a través del ejercicio mental en pro de prevenir enfermedades neurodegenerativas que suelen aparecer en la etapa de la vejez.

*3 Dinámica: Se proyectaron varios trabalenguas a través del video beam para que los adultos mayores los pronunciaran de manera correcta, para esta actividad los participantes pasaron al frente a leer el trabalenguas de su preferencia. Por medio de este ejercicio se reforzó su lenguaje y fluidez verbal, teniendo en cuenta la importancia que tiene en el ser humano el poder comunicarse con otras personas.

3 INTERVENCIÓN: Se realiza intervención con el club Nuevo Amanecer , el día miércoles 20 de octubre del 2021 de 9:30am a 11:00am, se realiza la explicación del tema de "habilidades cognitivas" a través de presentación en power point, se lleva a cabo una sesión que posibilite rehabilitar y prevenir el deterioro cognitivo utilizando procesos participativos; al finalizar la presentación teórica se desarrollan las siguientes dinámicas encaminadas a trabajar la memoria, el razonamiento, la orientación y praxias:

*1 Dinámica: Se desarrolló el juego concéntrese elaborado en papel craf, en donde cada imagen estaba cubierta y tenia una numeración, para esta actividad los participantes debían descubrir las parejas de imágenes, una vez las encontraran debían pasar al frente a destaparlas, permitiendo estimular la memoria de cada participante. Este ejercicio tiene como objetivo activar la mente para prevenir patologías que pueden aparecer durante el envejecimiento.

* 2 Dinámica: Los adultos mayores se ubicaron en forma de mesa redonda, cada grupo constaba de 12 participantes y se les entregó a cada uno un palo. Una vez organizados se les daba la indicación de desplazarse al mismo tiempo bien sea hacia la derecha o hacia la izquierda sin mover el palo; solo podían mover el cuerpo, la persona que se equivocara de sentido y dejara caer su palo iba saliendo de la ronda. El objetivo de esta dinámica era lograr situar al adulto mayor dentro del contexto en el que se desenvuelve e incentivar el movimiento corporal y orientación cardinal.

*3 Dinámica: Se reprodujo el cuento "pobres y ricos", se les realizó una serie de preguntas y se les pidió que socializaran la enseñanza que les había dejado la historia. El propósito de este ejercicio era generar un estimulo mental que involucrara su concentración y atención como prevención del deterioro cognitivo.

4 INTERVENCIÓN: Se realiza intervención con el club Caminantes de la vida el día miércoles 20 de octubre del 2021 de 2:30pm a 4:00pm, se realiza la explicación del tema de "habilidades cognitivas" se genera un espacio en donde se interviene y estimula : la atención, la memoria, la concentración y el lenguaje ,con el fin de promover la autonomía, autoestima y asertividad en el desarrollo social e integral del adulto mayor.

*1 Dinámica: Se reprodujeron varias canciones con el fin de que prestaran atención a la letra de cada una , al finalizar la reproducción se lanzaron preguntas relacionadas con la letra de las canciones. Con esta dinámica se logró activar y ejercitar las funciones cerebrales del adulto mayor, con el fin de que tenga independencia al momento de desempeñar sus actividades diarias, contribuyendo así a mejorar su calidad de vida.

* 2 Dinámica: Se desarrolló la actividad de karaoke, en donde los participantes debían pasar al frente a caer en la nota y seguir el ritmo de las canciones propuestas para la actividad, para esto se proyectó la letra de la canción en el video beam. Por medio de este ejercicio se estimulo el lenguaje y la memoria, habilidades que son determinantes para el desarrollo social.

Estos espacios de aprendizaje participativo e interacción social permitieron afianzar y reforzar las habilidades o capacidades cognitivas que se han ido deteriorando debido al envejecimiento. Se contribuyó de manera lúdica a la estimulación de las facultades mentales teniendo en cuenta que son factores que influyen directamente en la calidad de vida del adulto mayor, preservando su salud física y mental y garantizando su desarrollo asertivo dentro del contexto social en el que se desenvuelven.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS

- Tener disposición de realizar las diferentes actividades de manera presencial y virtual.
- Se evidencia interés por los temas expuestos durante las sesiones.
- Se evidencia participación activa en las sesiones.

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD

- Se fomentó el aprendizaje participativo en el adulto mayor
- Se promovió la participación e interacción grupal
- Fortalecimiento de cada una de las habilidades cognitivas del adulto mayor
- Se fomentó la actividad física y cognitiva
- Prevención del deterioro cognitivo
- Promoción de la salud física y mental del adulto mayor

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	x		Se anexa registro de listado correspondiente a las diferentes sesiones
REGISTRO FOTOGRAFICO	x		Se anexa registro fotográfico
OTROS:	x		Se anexan algunas actividades desarrolladas de manera física.
ACTAS DE COMPROMISO		x	

FIRMA:

Angie Sotto

REGISTRO FOTOGRAFICO



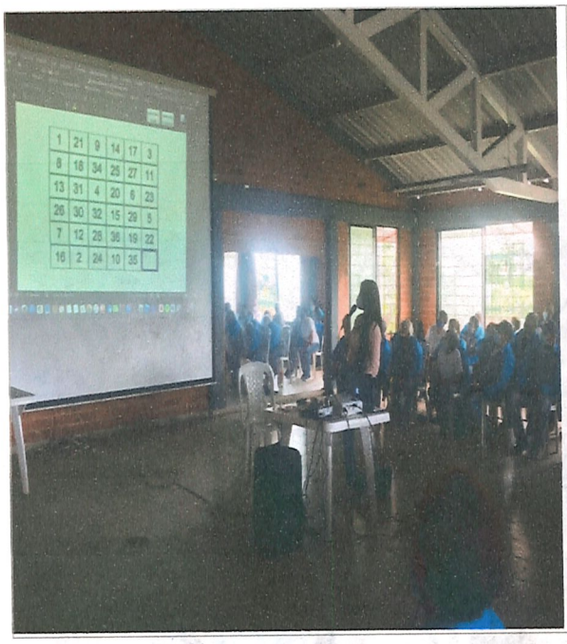











1 21 9 14 17 3
8 18 34 25 27 11
13 31 4 20 6 23
26 30 32 15 29 5
7 12 28 36 19 22
16 2 24 10 35



ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico

FECHA: 19 Octubre 2021 — HORA DE INICIO: 9:30 am — HORA DE TERMINACIÓN: 11:00 am

ACTIVIDAD: Las relacionadas al área de Salud mental / Estimulación de habilidades cognitivas parte 2

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Epifania Aldana.	20306167	S.M	83	3003182720		cll15#7C-11	Ciudad Puerto Vallarta	F	Epifania aldana
2	Mª Lucia Ruiz.	21134109	S.M	78	3293596		cra3E#11-60	El trebol	F	M. Lucia Ruiz de L.
3	Elva Jaramillo	41337102	S.M	76	3125405776		cll8#1BE-49	El trebol	F	Elva Jaramillo
4	Francisca Chala	41372078	S.M	76	3187588324		cll17B#1-46E	Villa Marielll	F	Fran cisca Chala
5	Elsa Mª Ardila	51598631	S.M	61	3134186695		cll12A#1-B	El trebol	F	Elsa Maria Ardila
6	Gilda Mª Diaz	41995917	S.M	76	3133565786		cll17BSur#1-46E	Villa Maria II	F	
7	Lilia Diaz	20753878	S.M	63	3102023387		cll17#13-06	La Estancia	F	
8	Ana Paola Duarte	27784027	S.M	77	3113454836		cll21#4A-09	Villa Nueva	F	Ana Paula Duarte
9	Mª Suarez.	20753192	S.M	74	8276359		cll1#1-21	C. Histórico	F	M S C A
10	Aracely Barrera	41532709	S.M	69	3125076777		cll16A#15C-06	Villa Daniela	F	Angely Barrera Alfonso.
11	Lyda Jaramillo	41690288	S.M	69	3102264201		cl05E#18-50	Cerro de Serrezuela	F	
12	Carmen Camacho	31890612	S.M	65	3126869850		cra3E#18-15	Porvenir Centro	F	
13	Amparo Miranda	41462821	S.M	73	3144146808		Cra2#12A-66	El trebol	F	Amparo Miranda G.
14	Mª Helena Gutierrez	1127948057	SM	68	3172999992		Cra5#7-44	Alejandria	F	Maria Elena Gutiérrez Flórez
15	Mª Castellanos	20952262	SM	88	3202288300		cll5#1-94	Cartagenitay Minipilli	F	Cecilia Castellanos
16	Clara Galindo	41491295	SM	82	3143503794		cll18#3-73	Villa del sol	F	Clara Galindo
17	Sixta Corredor.	21227076	SM	62	3112540469		cra19#14B-19	El Hemando	F	Sixta Corredor

ALCALDÍA DE MOSQUERA

FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES

FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS

Código:	F-FS-05
Fecha:	20/01/2020
Página:	1 de 1
Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro Histórico.

FECHA: 19 octubre / 2021 — HORA DE INICIO: 9:30 am — HORA DE TERMINACIÓN: 11:00 am

ACTIVIDAD: Las relacionadas al área de Salud mental / Estimulación de habilidades Cognitivas parte 2.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
	Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
	Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
	Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Yolanda Prieto	20952728	S.M	84	8941139		cll 4 # 2-12	C. Histórico	F	x Yolanda de Jojó
2	Marina Jara	41306532	S.M	79	3138074570		cll 21 A # 1-49	El Cabrero	F	x
3	Jose Arturo Fernandez	3041116	S.M	80	8937217		cll 22 A # 18 A	El Remanso	F	x
4	Hector Ayala	6026736	S.M	67	3134757220		cll 8 A # 1-08	Villa Maria II	F	x Hector Ayala S
5	Luis Trivino.	79107284	S.M	61	3132567254		cra 1 # 16-25	Sesquicentenario	F	x
6	Carmen Poveda	41773368.	S.M	63	3112373638		cll 23 # 19 A-42	C. Sabana	F	x Carmen Poveda.
7	Mª Nora Diaz.	26584045	S.M	70	3134758896		cra 15 E # 9 B-15	El Condado del Duque	F	x Nora Diaz
8	Margarita Santana	20470807	S.M	62	8931086		cra 16 A # 12-31	Praderas de Mosquera	F	x margaritasantana
9	Pablo Emilio Gray	17082372	S.M	79	3124597031		cra 7 # 16-07	Alicante	F	x
10	Aurelio Tintin.	19307443.	S.M	66	3118213395		cll 23 A # 19-13.	Recodos.	F	x Aurelio T.T.
11	Julia Ramirez.	41543009	S.M	70	3112959270		cra 11 B # 6-25	La Combre II	F	x
12	Cecilia Castillo	41629231	S.M	67	3159973011		cra 14 E # 19 B-33	Condado del Duque	F	x
13	Mª Rita Barbosa	24643489	S.M	72	3133149310		cll 18 # 7-94	V. Maria III	F	x Mª Rita Barbosa
14	Dioselina Alvarado	51631547	S.M	72	3214648283		cll 7c # 12B-20	Villa del Rocio	F	Dioselina Alvarado
15	Dora Barbosa	20754342	S.M	69	8278936		cll 6 # 1E-13	Cartagenita y Mimpilla	F	x Dora Barbosa
16	Miriam Sanchez	20754475	S.M	62	3142589379		cra 10 # 12-32	Ciudad de los puertos	F	x Miriam Sanchez
17	Blanca Ofelia ortiz.	41421608	S.M	73	3144690111		cll 3 # 4-11	C. Histórico	F	x Blanca Ortiz

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico

FECHA: 19 Octubre 2021 — HORA DE INICIO: 2:30pm — HORA DE TERMINACIÓN: 4:00pm

ACTIVIDAD: las relacionadas al área de Salud mental / Estimulación de habilidades Cognitivas parte 2

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D	
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H	
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K				

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Delia Moreno	20551178	S.J	61	3137933209		cll 10# 1A-18	El trebol	F	x
2	Elicena Arevalo	28531138	S.J	81	3132431932		Cra 1# 4-38	Cartagenita y Minipilla	F	
3	Nora Vergara	20584385	S.J	69	3105723749		Cra 2# 12A-66	El trebol	F	x Nohora Vergara
4	M± del Carmen Tovar	41911672	S.J	74	3203396256		cll 10 # 3-05	Rincon de los Virreyes.	F	x
5	Consuelo Shoell	41656549	S.J	69	3156412151		Cra 7B# 13-00	Ciudad Reto Piloto	F	x
6	Vivian Manrique	41708853	S.J	64	3155486165		cll 10 # 5-05	Rincon de los Virreyes	F	x
7	Magdalena Ballesteros	41570770	S.J	69	3002186195		Cra 1A #22-68	El Cabrero	F	x
8	Jesus Galvis.	19095397	S.J	71	3002186164		Cra 1A # 22-68	El Cabrero	F	x
9	Flor Cobides	41503159	S.J	70	3203286163		cll 13 #12c-69	villa Javiera	F	x
10	Magdalena Ortega	41540313	S.J	72	3124207342		cll 23 # 11c-03	C.R. Campiña S.6	F	x
11	Hugo Mata	241391	S.J	70	3133060648		cll 1 Sur #1-48	Centro Historico	F	
12	Miriam Fonseca	20870866	S.J	67	3142560067		Cra 10A #15A-47	San Telmo	F	x
13	Gerberta. Perez	19213071	S.J	69	3225498857		Cra 1A # 1B-58	Serrezuelita	F	x
14	Belsy Albarracin	27686781	S.J	61	3166525145		Cra 10 # 6-99	Bavaria II	F	x Belsy Albarracin
15	Virginia Barbosa	39521118	S.J	64	3106013525		Cra 12A #6A37	Villa del Rocio.	F	x Virginia Barbosa
16	Soraida Fonseca	41693778	S.J	67	3178306006		cll 23 B #19-03	Recodos de Mosquera	F	x
17	Alcira Fonseca	20870832	S.J	67	3142560067		Cra 10A #15A-47	Sol Telmo	F	x Alcira Fonseca

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico

FECHA: 19 octubre 2021 — HORA DE INICIO: 2:30pm — HORA DE TERMINACIÓN: 4:00pm

ACTIVIDAD: Las relacionadas al área de Salud mental (Estimulación de habilidades Cognitivas parte 2

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
	Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
	Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
	Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Pedro Rodriguez.	3023564	S.T	68	3132552706		cll 2 # 1-54	Centro Historico	F	x
2	Jose Joaquin Muñoz.	17180832	S.T	75	3108072466		Cra 1B este # 8-53	El trebol	F	x
3	Miriam Gomez Cano	37813224	S.T	69	3114655960		cll 15 # 7C-11	Ciudad de los puertos	F	x
4	Mary Pena	20525997	S.T	65	3057730891		Cra 2E # 17-08	Porvenir Centro	F	x
5	Josefina Rodriguez	20735968	S.T	69	3143392603		cll 10 # 1A-18	El trebol	F	x
6	Mc Helena Guevara	20328470	S.T	82	3124913768		cll 15 # 1B-26	Porvenir.	F	x
7	Agustin Duque.	3100659	S.T	67	3229451796		cll 15 # 1B -26	Porvenir.	F	
8	Celmira Rueda.	41728723	S.T	66	3133503290		Cra 1 # 17-73	La Cabaña	F	x
9	Flor Catrina	41666338	S.T	65	3119734875		cll 9B # 11A-23	Santa Ana	F	
10	Mario Fuentes	3982969	S.T	61	3206500917		Cra 10 # 12-32	Alicante	F	x
11	Flor Mc Ruiz.	20658955	S.T	80	3106061772		Cra 9B # 20-08	villa Maria IV	F	x
12	Angela Mantilla	41749575	S.T	67	3123136670		Cra 11E # 16A-02	El trebol Canli	F	x
13	Irma Ramirez.	41451259	S.T	73	3123416701		Cra 10 # 5-62	Belverde	F	x
14	Ms Helena Diaz.	41333732	S.T	76	3103455579		cll 21A # 1-29	El Cabrero	F	x
15	Blanca Leiton	20328861	S.T	78	3015650934		cll 21E # 12A-21	La Arboleda	F	x
16	Jose Antonio Fabio.	17024912	S.T	82	3209131076		Cra 1 # 17-73	La Cabaña	F	x
17	Clara Ines Ibague.	35315834	S.T	66	3156688587		cll 12A # 2B este	El trebol	F	x

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico

FECHA: 20 octubre 2021 — HORA DE INICIO: 9:30 am — HORA DE TERMINACIÓN: 11:00 am

ACTIVIDAD: Las relacionadas al área de Salud mental / Estimulación de habilidades Cognitivas parte 2

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Adriano Fabiano	19263252	N/A	68	3213324650		Cra 9 #4-66	Cartagenita y Minipalla	F	Adriano Fabiano
2	Aura Tello.	26643658	N.A	71	3114941350 3133429289		Cra 12 #23-3	Paraiso	F	Aura Tello
3	Libarda Muñoz	52527792	N.A	69	3124667945		Cra 12 #23 B 3	Paraiso	F	Libarda muñoz
4	Lilia bello	41420172	N.A	75	3129795515		Cra 15 H #9D-15	El Poblado	F	Lilia Bello
5	Ana Cantor	20549616	N.A	73	3118347939		Cll 7A #12B-16	Villa del Rocio	F	Ana Cantor
6	Ana Cecilia Moreno	41569710	N.A	69	3109800797		Cll 23 #7A-5 casa 154	Villa Nueva	F	Ana Cecilia Moreno
7	Silverio Castellanos	19130306	N.A	73	3134490661		Cra 12A #8B-22	villa del Rocio	F	
8	Ana Rosa Medina	20426730	N.A	70	3123822611		Cra 11 #9B-76	Santa Ana	F	Ana Rosa Medina
9	Veronica Morales.	40013608	N.A	73	3102784578		apto 301 - Int 5 Cra 20 #2002	Ciudad Sabana	F	
10	Gladys. Tabares	20324900	N.A	73	3214034490		Cra 11 #21-33	El remanso	F	Gladys Tabares.
11	María Filomena Cut	20563963	N.A	75	3124927881		Cll 9B #11A-03	Santa Ana	F	
12	María Duarte	35322511	N.A	67	3147955562		Mz 1 Casa M Cll 22 #14-16	Praderas de Mosquera	F	María Duarte
13	Sunilda Morales	20426937	N.A	71	3124535282		Cll 23 #14B-28 Mz 6	Arcadas de Mosquera	F	Sunilda Morales
14	Alvaro Grande	299413	N.A	83	3118378840		Cra 18A #17-04	El remanso	F	Alvaro Grande
15	Luz Virgina Gonzalez	41619792	N.A	67	3228116908.		Cll 20 #19-22 Mz H	Caminos de Mosquera	F	Luz Gonzalez
16	María Eliodora Cano	26508252	N.A	76	3217750938		Cll 23 # 19A-42 Bloque A	Ciudad Sabana	F	María Eliodora Cano
17	Luis Icabuco	3012697	N.A	81	827 2710		Cra 5 #1-23	Centro Histórico	F	

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico

FECHA: 20 octubre 2021 — HORA DE INICIO: 9:30 am — HORA DE TERMINACIÓN: 11:00 am

ACTIVIDAD: Las relacionadas al área de salud mental / Estimulación de habilidades cognitivas parte 2

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
	Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
	Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
	Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Marco Tulio Torres.	6747149	N.A	74	3144577955		Cll 21B #13B-10 Int 2	la Arboleda	F	
2	María del Carmen Jaime	41609290	N.A	68	3119652261		Cll 21C # 12A-69 Int 2	la Arboleda	F	
3	Mercedes Beltran	41384159	N.A	74	3118322128		Cra 10N #80-09 Int 4	La Cumbre	F	
4	Luis Rincón	19187226	N.A	69	3177120777		Cra 12 B #16-28	Villa Jaqueline	F	
5	Rosa María Paez.	41711699	N.A	67	3224447085		Cll 13 #21B-69 Int 1	La Arboleda	F	
6	Jose Paez	3223934	N.A	70	3203108439		Cra 15C #9A-20	El Poblado	F	
7	María Estralba Pinilla	20552202	N.A	69	3204281281		Cra 15C #9A-20	El Poblado	F	
8	María Manzo.	30002941	N.A	65	3213623398		Cll 20N #18B-15	El Remanso	F	
9	Gloria Sierra	41377504	N.A	74	8295178		Cra 15C #12-21	Praderas de Mosquera	F	
10	Manuela Castro.	41398623	N.A	80	3209829639		Cll 9E #15B-28	El Poblado	F	
11	María Concepción Ramos	38938629	N.A	70	3214329609		Cra 16 A #11 A-57 Mz F	Praderas de Mosquera	F	
12	Gloria Emilce Castillo.	41353567	N.A	75	3124278911		Cll 19 #1-34	La Esperanza	F	
13	Rafael Gomez.	5813504	N.A	81	3144455859		Cll 12 N #19B-47 Int 1	San Sebastián	F	
14	Gladys Guerrero	41701025	N.A	63	3142960388		Cra 10 #12-32 Torre 9	Ciudad Real de Nuevo	F	
15	María Lopez Riaño.	41491006	N.A	74	3149372651		Cll 17 #13-48 E Torre E ap 13	La Estancia II	F	
16	Orfa Ovalle	51578420	N.A	62	3115201637		Cll 23 N #19A-41 Torre 14	Ciudad Jabana Petrel	F	
17	María Neloy Ramirez	29810969	N.A	60	3183267083		Cll 21E #12A-15 Int 2	La Arboleda	F	

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico

FECHA: 20 octubre 2021 — HORA DE INICIO: 2:30pm — HORA DE TERMINACIÓN: 4:00pm

ACTIVIDAD: las relacionadas al área de salud mental / Estimulación de habilidades Cognitivas parte 2.

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
	Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D
	Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H
	Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Manuel Suarez	17177230	C. V.	74	3203381022		Cll 14#12C-16	Villa Sajonia	F	Manuel Suarez
2	Mª Obando Orozco.	39698769	C.V	61	3214195077		Cra 3#77-95	Porvenir Centro	F	Maria del Carmen Orozco
3	Luis Camargo	3209982	C.V	82	3115743507		Cra 2A#15-29	Sellezuelita	F	X
4	Neftaly Caballas.	223720	C.V	80	32249327151		Cll 18B#7-39	Villa Maria III	F	
5	Mª Teresa Calderon	20254708	C.V	89	3108540189		Cll 9A#1B-88	El trebol	F	X
6	Mª del Carmen Rojas	20753195	C.V	77	3123593572		Cll 10#5-05	Union de Virreyes	F	
7	Anabely Garcia	51698213	C.V	67	3102722633		Cra 2#12A-66	El trebol	F	
8	Inocencia Acosta	41394424	C.V	74	3118923919		Cll 17A#9B-25	Villa Maria IV	F	Inocencia Acosta
9	Mª Magdalena Cantor.	41590740	C.V	69	3196610104		Cra 1#4-34	Cartagenita y Minipilla	F	X
10	Mª Herrera de Villalba	41634592	C.V	67	3144459677		Cll 8A#1B	Quintas del trebol	F	X
11	Ana B. Gonzalez.	20169899	C.V	64	3112189333		Cll 10B#10B03	Villa Marcela	F	X
12	Victor Gualteros	19085804	C.V	72	3106499311		Cll 10#1A-18	El trebol	F	
13	Ricardo Medina	2833792	C.V	82	3144725099		Cll 10#10B-03	Villa Marcela	F	
14	Pedro L. Talahima	4103082	C.V	67	3125893981		Cra 11B#9B-99	Santa Ana	F	X Pedro Talahima
15	Mª Rodriguez Me.	51569910	C.V	62	3125893981		Cra 11B#9B-44	Santa Ana	F	X Courtney Rodriguez
16	Bertha Barreto.	41439281	C.V	77	3214958519		Cll 22#15A-75	Nueva Castilla	F	X Bertha Barreto
17	Maria Morales.	41329037	C.V	76	3138864990		Cll 12A#1B-85	El trebol	F	X Maria Morales

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico

FECHA: 20 octubre 2021 — HORA DE INICIO: 2:30pm — HORA DE TERMINACIÓN: 4:00pm

ACTIVIDAD: Las relacionadas al área de Salud mental / Estimulación de habilidades Cognitivas parte 2

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D	
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H	
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Mª Rodriguez	421598138	C.V	69	3203684297.		cll 9 F#16A-15	El poblado	F	
2	Carmen Fontecha	41737755	C.V	63	3508365347		cl121#9B-19	Villa Nueva	F	
3	Carmen Palacios.	41990029	C.V	72	3149946696		cll8#1B E-49	El Trebol	F	
4	Jose E. Hernandez.	11355565	C.V	76	3103128593		cll22C#207	El Cabrero	F	
5	Mª Cristina Tamudio	51598010	C.V	60	3193554009		cll 15#7C-11	Ciudad Puerto vallarta	F	
6	Gladys Castro	41307760	C.V	79	3133919703		cll17#10B-23	San Telmo	F	
7	Hor Garzón.	39521726	C.V	64	3134938585		cll 18#14C-07	Nueva Castilla	F	
8	Gladys Corral	28535750	C.V	76	3138068579		cll3#7-36	Alejandria Real	F	
9	Yolanda Herrera	41634592	C.V	67	3149459677		cll8A#1B Este	Quintas del Trebol	F	
10	Mª Amanda Vanegas	20919379	C.V	70	3105863489		Cra2#12A-66	El trebol	F	
11	Ana Vanegas.	41599993	C.V	70	8233150		cll20#4A05	Villa Nueva	F	
12	J. Enrique Gomez	19314261	C.V	67	3174362919		cll12A #15C-09	Praderas de Mosquera	F	
13	Leopoldina Lopez	20902261	C.V	73	3134703201		Cra2#12A-66	El trebol	F	
14	Mariela Flores	35490680	C.V	62	3108777901		cll 23#14-07	Praderas II	F	
15	Jesus Bedoya	19285665	C.V	66	3108777901		cll 23#14-07	Piedras II	F	
16	Maria Helena Cruz	20737461	C.V	61	3133270008		cll 8P#9-21	La Cumbre	F	
17									F	

Ordena palabras para formar frases



y restas. pizarra hacemos En la sumas

En la pizarra hacemos sumas y restas

El parado. rojo tractor está

Está tractor parado rojo

en una floristería María trabaja

María trabaja en una floristería

azul. El es de mi abuela teléfono

El teléfono de mi abuela es azul

rojo. El abrigo mi de madre es

El abrigo de mi madre es rojo

Pepe. Ese de perro es

ese perro es de pepe

Flor
María Fuy Torres

Ordena palabras para formar frases



y restas. pizarra hacemos En la sumas

En la pizarra hacemos sumas y restas

El parado. rojo tractor está

El tractor rojo está parado

en una floristería María trabaja

María trabaja en una floristería

azul. El es de mi abuela teléfono

el teléfono de mi abuela es azul

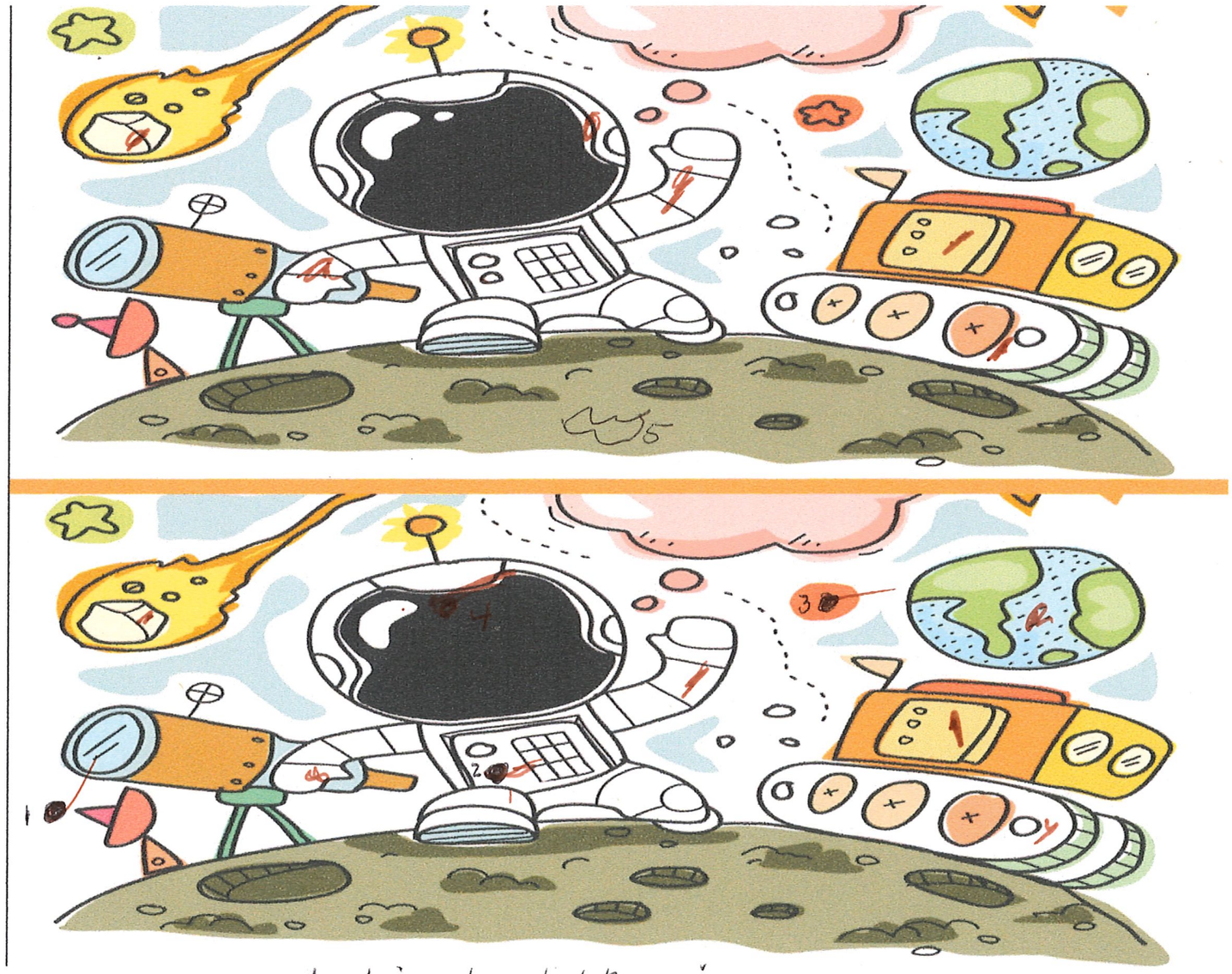
rojo. El abrigo mi de madre es

El abrigo de mi madre es rojo

Pepe. Ese de perro es

Ese perro es de Pepe

M Lucía Ruiz de L
Epifanía aldana
Cecilia Gordillo



Julia Isabel Ramirez

LA BENDICIÓN DEL POBRE ANCIANO

Marca con una X la respuesta correcta según el cuento "la bendición del pobre anciano"

1. En donde se sentó el anciano?

a. Cerca de un pedestal
b. Cerca de un manantial
x Cerca de un arroyo
d. Cerca de una montaña

2. Quien le llevo agua al anciano?

x El pastorcillo
b. El jardinero
c. El nieto
d. La esposa

3. Que le dio el anciano al pastorcillo en forma de agradecimiento por la ayuda que le brindó?

a. Dinero
b. Su testamento
x. Su bendición
d. Su bastón

4. Que le deseo el anciano al pastorcillo

x. Salud y suerte
b. Amor y riqueza
c. Salud y riqueza
d. Prosperidad y amor

Victor J Garnica P.

LA BENDICIÓN DEL POBRE ANCIANO

Marca con una X la respuesta correcta según el cuento "la bendición del pobre anciano"

1. En donde se sentó el anciano?

a. Cerca de un pedestal
b. Cerca de un manantial
c. Cerca de un arroyo
d. Cerca de una montaña

2. Quien le llevo agua al anciano?

a. El pastorcillo
b. El jardinero
c. El nieto
d. La esposa

3. Que le dio el anciano al pastorcillo en forma de agradecimiento por la ayuda que le brindó?

a. Dinero
b. Su testamento
c. Su bendición
d. Su bastón

4. Que le deseo el anciano al pastorcillo

a. Salud y suerte
b. Amor y riqueza
c. Salud y riqueza
d. Prosperidad y amor

Luz Marina Arcos
Martha C Vargas
Virgen Torres
Elvira Oberto

FECHA:	22 de octubre del 2021	
ACTIVIDAD: Visita domiciliaria		
HORA DE INICIO: 11:45am	HORA DE FINALIZACIÓN: 12:30 pm	
ELABORADO POR: Angie Melissa Sotelo Ramírez		INFORME No. 2

OBJETIVO

Identificar los factores de riesgo presentes en el entorno familiar del adulto mayor y garantizar un ambiente adecuado para su vejez, desarrollo integral, buen estado de salud y calidad de vida.

TAREAS REALIZADAS

Durante el mes de octubre desde el área de salud mental se realiza una visita domiciliaria con el fin de verificar las condiciones y dinámicas familiares del adulto mayor Leonor Chávez de Vigoya, se ingresa a la vivienda ubicada en el conjunto Rincón de los virreyes Mosquera, el día 22 de octubre del 2021 de 11:45am a 12:30pm, se establece contacto con ella y su hija Adriana siguiendo todos los protocolos de bioseguridad y distanciamiento social, se analizan posibles factores de riesgo dentro de la vivienda y salubridad. Se observa un ambiente adecuado para el buen desarrollo del adulto mayor y se verifica el cumplimiento de sus derechos, se evidencia que su dinámica familiar es favorable para su salud física y mental, así mismo cuenta con dos dosis de vacunas contra covid 19 en espera de una tercera (validado con carné de vacunación), se invita a retomar la presencialidad por la importancia que tiene el poder interactuar socialmente y se recomienda mantener un estado de activación mental constante a través de actividades que pueden desarrollarse en casa. El adulto mayor posee varias cartillas de logopedia las cuales ha estado desarrollando para la ocupación de su tiempo libre, al momento de la visita se observa alerta, consciente y orientada, en excelente estado de salud, con buena higiene personal y no se evidencia ningún tipo de maltrato físico ni psicológico, se entabla conversación directa a la cual responde de manera coherente, manifiesta estar a la espera de que baje un poco la pandemia para retomar los talleres presenciales en la casa del adulto mayor, no asiste de manera virtual debido a que no cuenta con un dispositivo adecuado que le permita conectividad, no cuenta con un cuidador permanente pero sus capacidades cognitivas le permiten mantener su autocuidado; convive con su hija (quien provee el hogar) y sus dos nietos (menores de edad en etapa escolar). Durante la visita refiere en varias ocasiones sentirse a gusto dentro de su entorno familiar, se recomienda continuar con el desarrollo de sus cartillas para la buena ocupación del tiempo libre y estimulación mental así como el mantenerse activa físicamente para garantizar un envejecimiento saludable y prevenir enfermedades psicomotoras.

Esta actividad se lleva a cabo con el fin de indagar la situación socio-familiar del adulto mayor, fomentando un espacio adecuado para su desarrollo integral y cumplimiento de sus derechos. Durante esta visita se evalúa la capacidad familiar de llevar a cabo el cuidado tanto físico como psicológico de su familiar; por consiguiente se analiza tanto la cotidianidad de su hogar cómo su hábitat. A través de este espacio de intervención se promueve la participación activa dentro de los miembros de la familia en relación a los cuidados que demanda el adulto mayor garantizando un entorno seguro y favorable para su vejez.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS

- Se observa un entorno familiar adecuado
- El adulto mayor se encuentra en estado de salud favorable para su edad
- Se observa una buena ocupación del tiempo libre
- Se evidencia un espacio apto para el adulto mayor

RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD

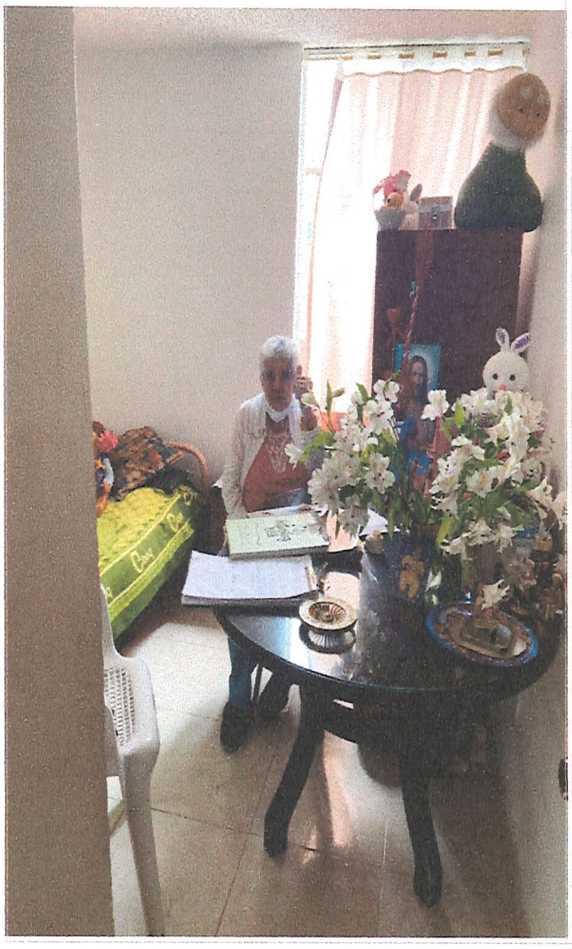
- Sensibilización en el adulto mayor y su familia
- Se promueve el autocuidado
- Fortalecimiento de dinámicas familiares
- Se fomentan espacios favorables para el desarrollo integral de los adultos mayores

ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
Acta de Reunión	x		Se anexa acta de reunión correspondiente a la sesión
REGISTRO FOTOGRAFICO	x		Se anexa registro fotográfico
OTROS:		x	
ACTAS DE COMPROMISO		x	

FIRMA:

Angie Sotelo

REGISTRO FOTOGRAFICO




FELIZ
DIA
Mega Colouring

FECHA:	21 de octubre del 2021	
ACTIVIDAD: Estimulación de habilidades cognitivas parte 2		
HORA DE INICIO: 8:00 am	HORA DE FINALIZACIÓN: 5:00 pm	
ELABORADO POR: Angie Melissa Sotelo Ramírez	INFORME No. 3	

OBJETIVO

Estimular las habilidades cognitivas en el adulto mayor del municipio de Mosquera, con el fin de aumentar sus potencialidades, favorecer su desarrollo social y prevenir el deterioro cognitivo, en pro de mantener un estado físico y neurológico favorable para su autonomía e independencia.

TAREAS REALIZADAS

Durante el mes de Octubre desde el programa de salud mental se trabajo el fortalecimiento de las habilidades cognitivas del adulto mayor. Se realizaron dos sesiones virtuales en las cuales se abordó el tema de "habilidades cognitivas" y como prevenir el déficit cognitivo debido al envejecimiento. La presentación del tema se manejo a través de herramientas audiovisuales (diapositivas elaboradas en power point) como metodología de enseñanza y se desarrollaron actividades a través de aplicaciones tecnológicas con el fin de que los adultos mayores que estaban conectados en la sesión pudieran participar activamente.

La planeación y ejecución de los talleres virtuales se llevaron a cabo a través de la herramienta (google meet), se realizaron (2) encuentros con el fin de brindar la misma información a aquellas personas que por motivos personales, de vacunación o de salud no pueden asistir de manera presencial a la casa del adulto mayor, las intervenciones se llevaron a cabo de la siguiente manera:

1 SESIÓN VIRTUAL: Se realiza a través del siguiente link el cuál fue compartido vía WhatsApp: https//meet.google.com/dtx-jysf-nzg, la sesión se lleva a cabo el día jueves 21 de octubre de 10:00am a 11:00am con 7 participantes pertenecientes al club Siempre Joven, allí se trabajaron los siguientes temas: La atención, la memoria, el lenguaje, el razonamiento, la concentración, las praxias, la orientación, síntomas del déficit cognitivo y como estimular estas habilidades a través de actividades que pueden desarrollarse en casa. Al finalizar la presentación teórica se realizó interacción grupal con el fin de afianzar conceptos y estimular las funciones neurológicas del adulto mayor, para esto se manejaron las siguientes actividades:

1.ACTIVIDAD: Se reprodujo el cuento pobres y ricos, al finalizar la reproducción se realizo un ronda de preguntas relacionadas con la historia, la intención del ejercicio era favorecer la construcción de conocimientos a partir de la memorización de contenidos.

2. ACTIVIDAD: Se llevo a cabo el desarrollo de crucigramas virtuales, promoviendo el rejuvenecimiento cerebral, la estimulación del razonamiento gramatical, la atención y la memoria, considerando la importancia que tienen estas capacidades cognitivas en su desempeño cotidiano.

Se recomienda el desarrollo de actividades diarias que involucren funciones cerebrales y actividad física para garantizar su independencia y autonomía, ya que estas tienen correlación con la calidad de vida del adulto mayor.

2 SESIÓN VIRTUAL: Se realiza a través del siguiente link el cuál fue compartido vía WhatsApp: https//meet.google.com/rwr-ohwv-xhh, la sesión se lleva a cabo el día jueves 21 de octubre de 2:00pm a 3:00pm con 2 participantes pertenecientes al club Siempre Joven, allí se aborda el tema de estimulación de

habilidades cognitivas, se realiza la explicación teórica y se propicia un espacio en donde se refuercen estas capacidades a través de actividades virtuales, con el fin de disminuir el deterioro cognitivo y rehabilitar aquellas habilidades que se han afectado debido al proceso de envejecimiento, de igual manera se recomienda practicar juegos de mesa que incentiven la estimulación sensorial y ocupación del tiempo libre. Al finalizar la presentación teórica se manejaron las mismas actividades del primer grupo virtual: crucigramas y cuento la bendición del pobre anciano, como herramienta de aprendizaje y promoción de la salud mental, física y emocional.

Cada Sesión virtual se desarrolla con el objetivo de prevenir el deterioro cognitivo e incrementar las capacidades psicomotrices del adulto mayor que por distintas circunstancias no pueden presidir los talleres que se llevan a cabo en la casa del adulto mayor de manera presencial ; trabajando a través de la virtualidad su nivel de plasticidad neuronal, su potencial cognitivo e incluso prevenir enfermedades mentales que suelen aparecer en la vejez.

INFOGRAFIA: Se realiza difusión de material teórico acerca del tema "Estimulación de habilidades cognitivas", la cuál es difundida por medio de la herramienta WhatsApp. Este infograma se realiza con el fin de brindar información a aquellas personas que por motivos personales no logran asistir de manera presencial ni virtual a los talleres programados en la casa del adulto mayor. En este material se habla acerca de los siguientes temas: La atención, la memoria, el lenguaje, el razonamiento, la concentración, las praxias, la orientación y síntomas del déficit cognitivo; al final se dejan dos actividades con el fin de que sean desarrolladas en casa y lograr tener alcance a toda la población mayor del municipio de Mosquera, buscando así la promoción de la salud mental y prevención del déficit cognitivo.

CONTACTO TELEFÓNICO: Se contacta a través de llamada telefónica a 22 adultos mayores, los cuáles no asisten de manera presencial a las sesiones programadas en la casa del adulto mayor y tampoco les es posible ingresar a la plataforma de google meet ni WhatsApp ya que no poseen un dispositivo que les permita tener conexión a internet ni acceso a estas aplicaciones, esto con el fin de hacerlos participes de los talleres y de la información que se socializa en la casa del adulto mayor desde el programa de salud mental. Mediante estas llamadas se incentiva la actividad mental y física como estimulante de varias habilidades cognitivas que se pueden deteriorar durante el envejecimiento, mejorando así la calidad de vida del adulto mayor, de igual manera se indaga acerca de dosis de vacunación contra covid 19 y se invita a retomar la presencialidad reconociendo la importancia de la interacción social durante esta etapa de vida. Estos espacios se orientan a la integración, participación y fortalecimiento de las habilidades cognitivas de la población mayor, a través de la estimulación sensorial, apuntando a la preservación de la salud mental como factor determinante para asegurar su bienestar físico, psicológico y social.

.

OBSERVACIONES/COMPROMISOS

- Tener disposición de realizar las diferentes actividades de manera virtual.
- Conectarse a las sesiones programadas de manera habitual.
- Se evidencia interés por los temas expuestos durante las sesiones.
- Se evidencia participación activa en las sesiones.

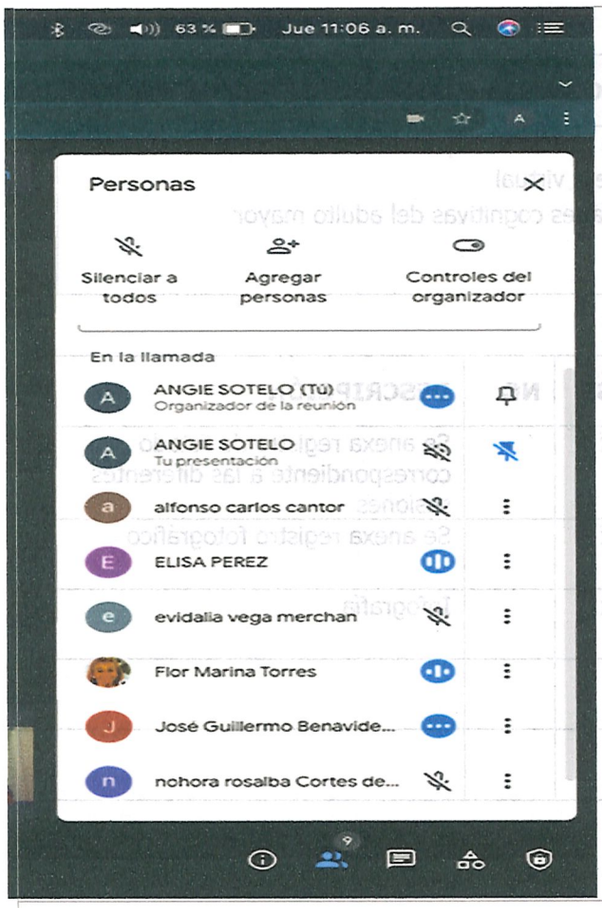
RESULTADOS E IMPACTOS DE LA ACTIVIDAD
❖ Se fomentó el aprendizaje participativo en el adulto mayor ❖ Se promovió la interacción social de manera virtual ❖ Fortalecimiento de cada una de las habilidades cognitivas del adulto mayor ❖ Se fomentó la actividad física y cognitiva

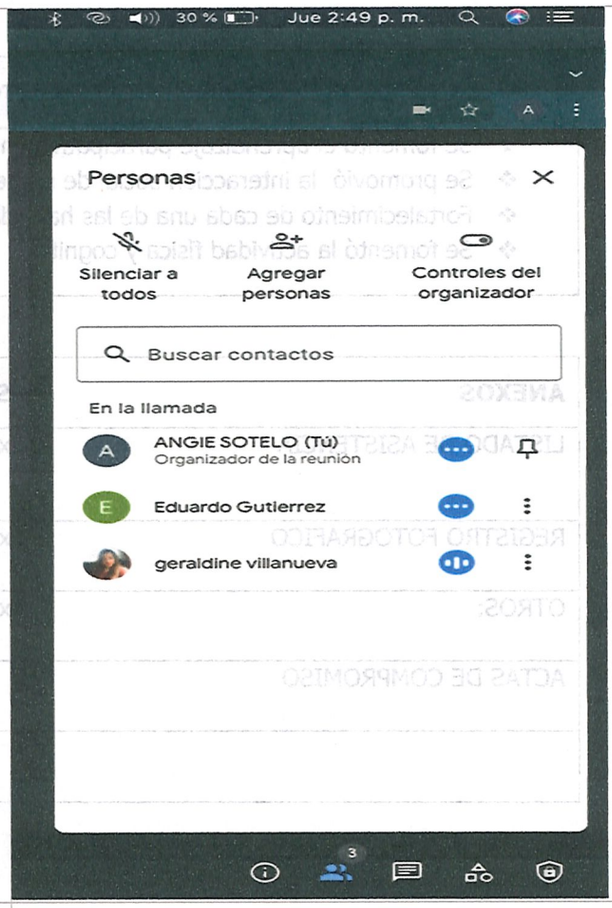
ANEXOS	**SI**	**NO**	**DESCRIPCIÓN**
LISTADO DE ASISTENCIA	x		Se anexa registro de listado correspondiente a las diferentes sesiones
REGISTRO FOTOGRAFICO	x		Se anexa registro fotográfico
OTROS:	x		Infografía
ACTAS DE COMPROMISO			

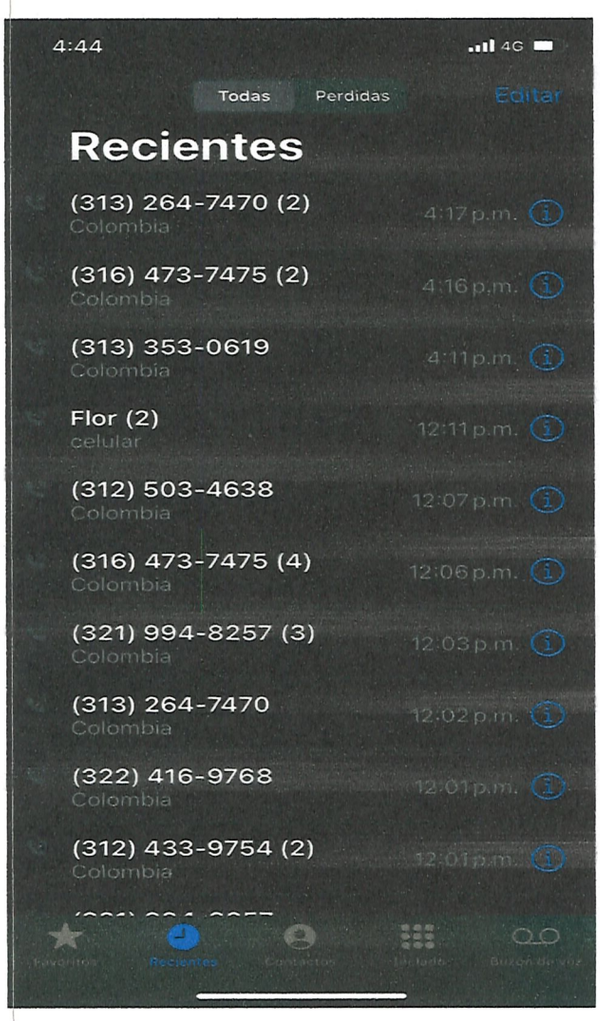
FIRMA:

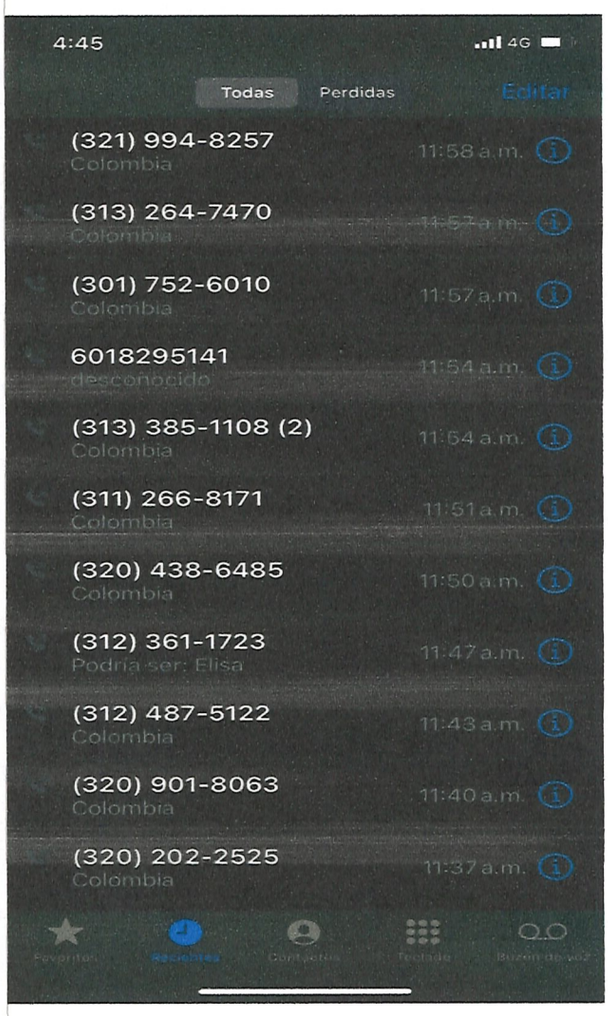
Angie Sotelo

REGISTRO FOTOGRAFICO









ESTIMULACIÓN DE HABILIDADES COGNITIVAS PARTE 2

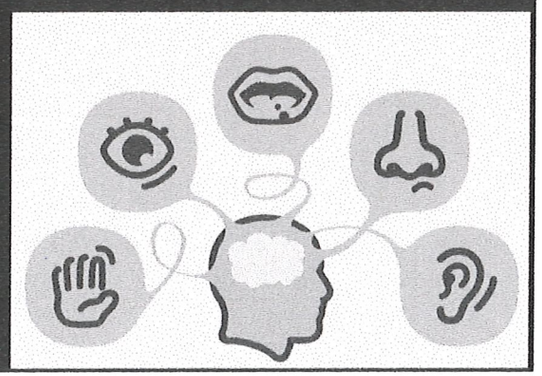
PRESENTADO POR

Angie Melissa Sotelo
Trabajadora Social
Casa del Adulto Mayor



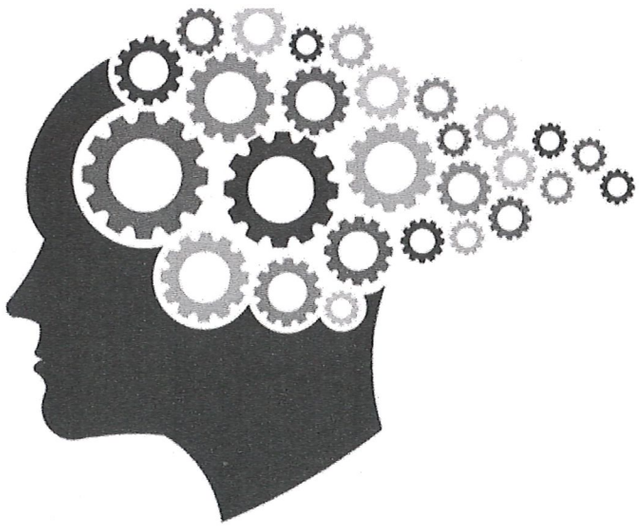
HABILIDADES COGNITIVAS

Las habilidades cognitivas son capacidades que contribuyen a procesar toda la información que se recibe a través de los sentidos.Estas habilidades se desarrollan desde la niñez y nos permite desenvolvernos con éxito en la vida cotidiana.



CUALES SON LAS HABILIDADES COGNITIVAS?

- Atención
- Memoria
- Lenguaje
- Razonamiento
- Concentración
- Praxias
- Orientación



ATENCIÓN

Es la capacidad de generar, dirigir y mantener un estado de activación adecuado para el procesamiento correcto de la información.

Dentro de esta función debemos hablar de 5 procesos diferentes:

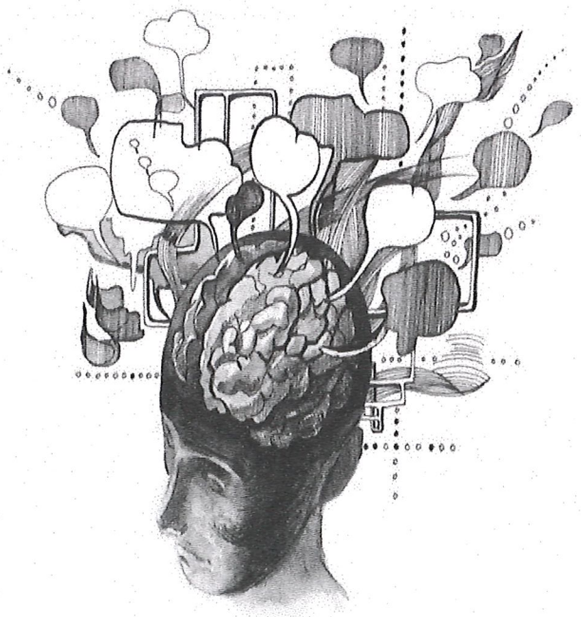
- **Atención sostenida:** capacidad de mantener de manera fluida el foco de atención en una tarea
- **Atención selectiva:** capacidad para dirigir la atención y centrarse en algo sin permitir que otros estímulos, interrumpan la tarea.
- **Atención alternante:** capacidad de cambiar nuestro foco de atención de una tarea o norma interna a otra de manera fluida.
- **Velocidad de procesamiento:** Capacidad de ejecutar cierta tarea.Tiempo que emplea el sujeto entre que recibe el estímulo y emite la respuesta.
- **Heminegligencia:** gran dificultad o incapacidad para dirigir la atención hacia uno de los lados en relación al propio cuerpo y al espacio.



MEMORIA

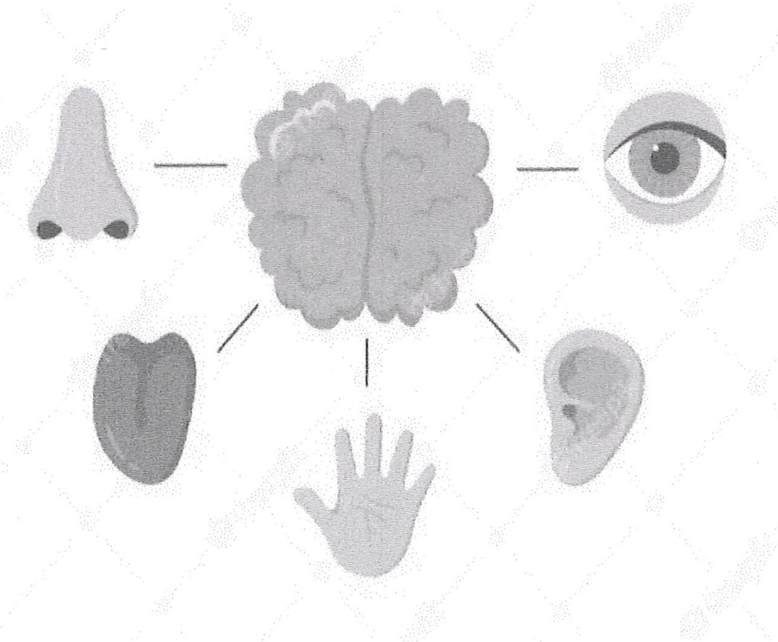
Capacidad o **facultad de retener y recordar información del pasado**

- **Memoria a largo plazo.** Esta memoria hace referencia a los datos o información que pueden ser retenidos durante muchos años.
- **Memoria a corto plazo.** Información sensorial que es retenido por cortos lapsos de tiempo.
- **Memoria inmediata.** Capacidad de aalzar información que ha sido captada por los sentidos de manera veloz.



MEMORIA SENSORIAL

- En este tipo de memoria se incluyen aquellos recuerdos que fueron captados por medio de los sentidos. Estos a su vez puede sub clasificarse en:
- **Memoria gustativa.** Memoria que se relaciona con los sabores y gustos, por ejemplo de las comidas
- **Memoria visual.** Es la que permite registrar aquellas cosas que han sido captadas por medio del sentido de la vista.
- **Memoria auditiva.** La memoria que nos permite recordar aquello que escuchamos es considerada la más importante ya que a ella se le debe el habla.
- **Memoria del tacto.** Es aquella que permite que las texturas o superficies de los objetos sean reconocidas.
- **Memoria olfativa.** Nos permite recordar y reconocer aromas, por ejemplo el aroma de una comida o de una flor.

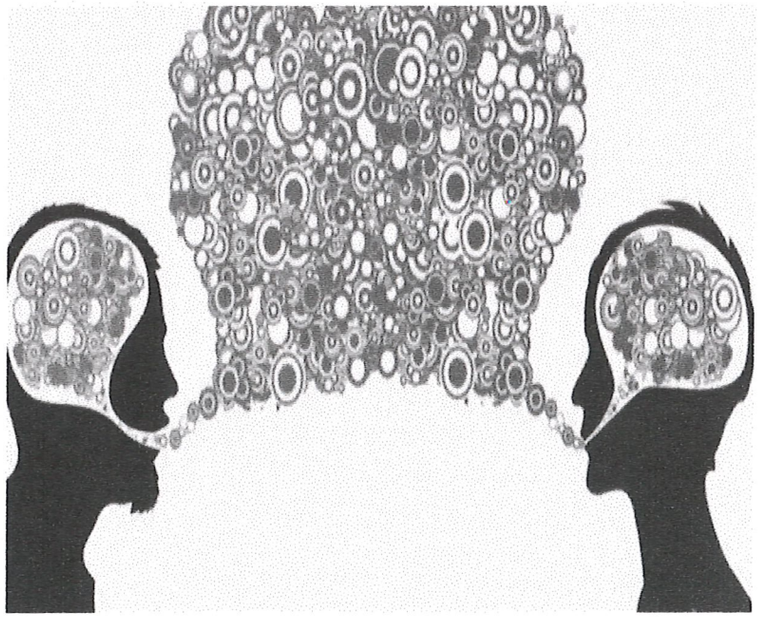


LENGUAJE

El lenguaje es la capacidad que tiene el ser humano para expresarse y comunicarse, a través de diversos sistemas de signos: orales, escritos o gestuales.

El lenguaje constituye una de las características principales que separa al género humano de los animales.

Es una capacidad innata que todos los individuos tienen, que comienza a desarrollarse a partir de la gestación y se establece definitivamente en la relación que mantiene el individuo con el mundo social en el que se desarrolla.



TIPOS DE LENGUAJE

- **Lenguaje verbal.** Emisor y receptor utilizan palabras y símbolos para comunicarse entre sí,puede dividirse en:

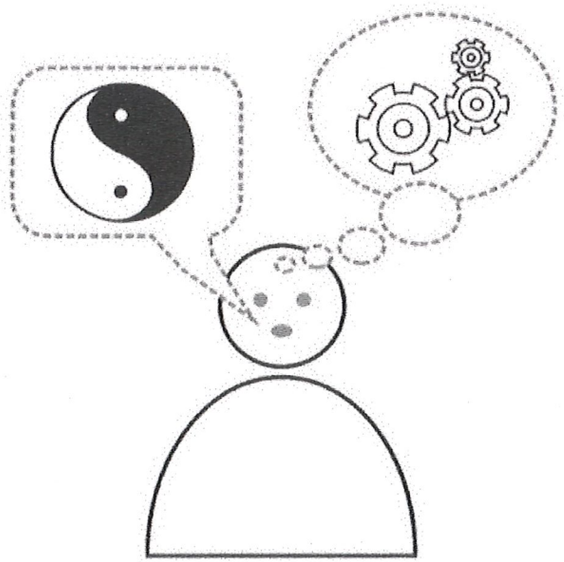
Lenguaje oral. Es el lenguaje hablado, se utiliza la voz para transmitir un mensaje por medio de sonidos.

Lenguaje escrito. Son los sonidos de lenguaje oral representados de forma escrita.

- **Lenguaje no verbal.** Emisor y receptor no utilizan palabras o signos, sino gestos o movimientos para comunicarse,puede dividirse en:

Lenguaje facial. El individuo comunica a través de los gestos de la cara.

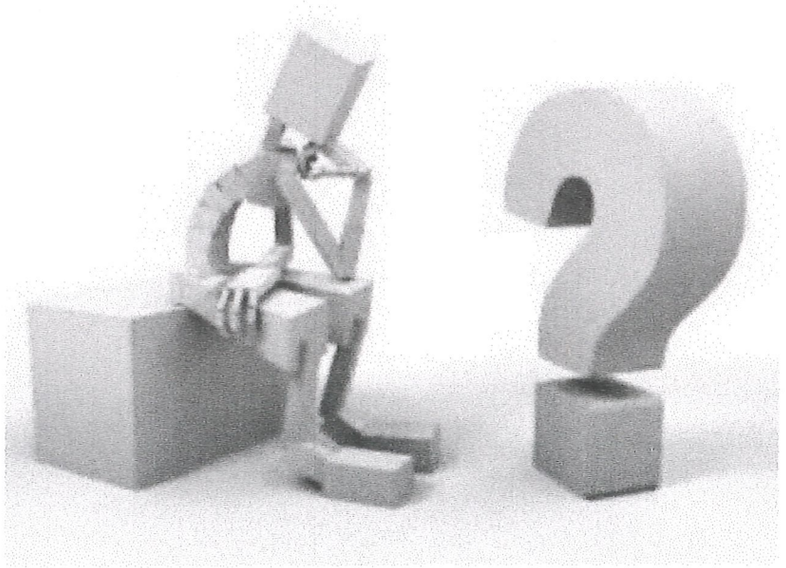
Lenguaje corporal. El individuo comunica a través de los movimientos corporales.



RAZONAMIENTO

Capacidad de procesar grandes cantidades de información de manera conveniente, ágil y precisa, para dar solución a problemas concretos.

Aprender de manera consciente de los hechos, estableciendo conexiones lógicas necesarias entre ellos. El razonamiento conlleva pensar, ordenando ideas y conceptos, para llegar a una conclusión.



TIPOS DE RAZONAMIENTO

- **1. Razonamiento deductivo**

Este tipo de pensamiento se basa en la creencia en una premisa o una afirmación universal para llegar a obtener una conclusión

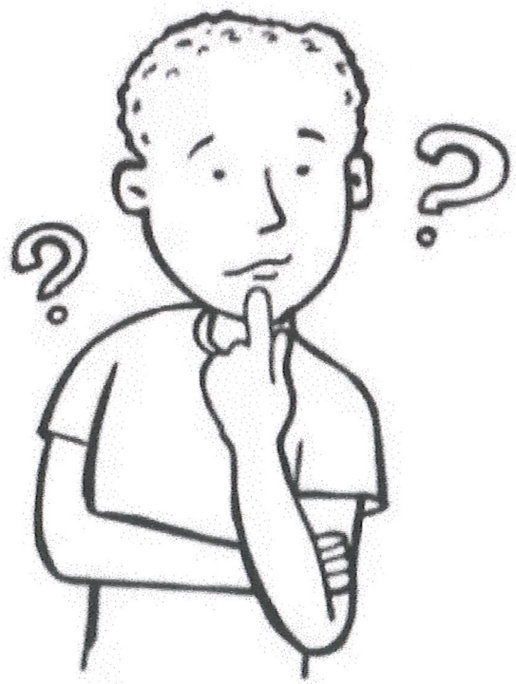
Suele ser un método mucho más empleado de lo que parece a la hora de tomar decisiones en nuestro día a día.

2. Razonamiento hipotético-deductivo

Este tipo de razonamiento o pensamiento es la base del conocimiento científico.

3. Razonamiento transductivo

Este tipo de razonamiento se basa en la de **combinar diferentes informaciones separadas entre sí** para establecer un argumento, creencia, teoría o conclusión.



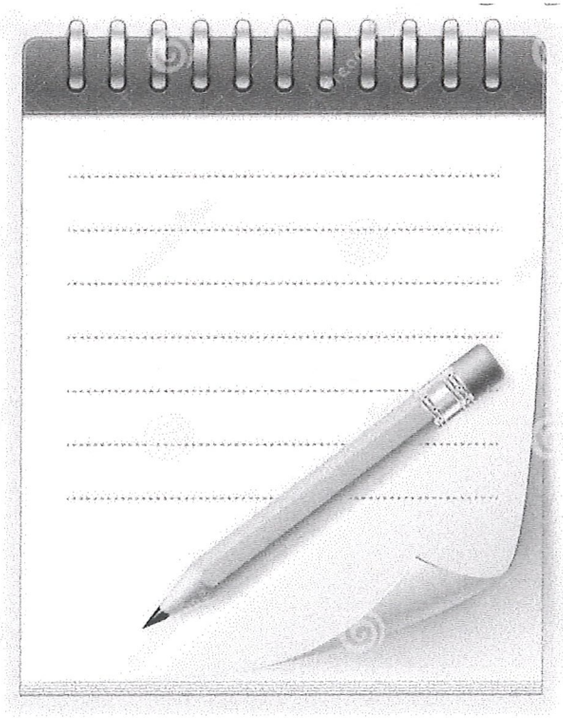
CONCENTRACIÓN

- Concentración es la **capacidad de mantener la atención en algo particular o específico.**
- La concentración es una de las habilidades fundamentales para el aprendizaje o el proceso de conocimiento.



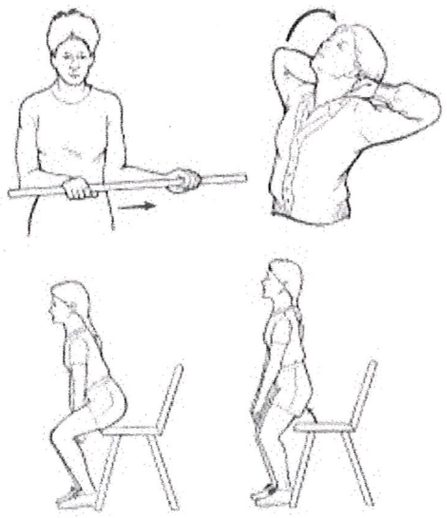
TÉCNICAS PARA TRABAJAR LA CONCENTRACIÓN

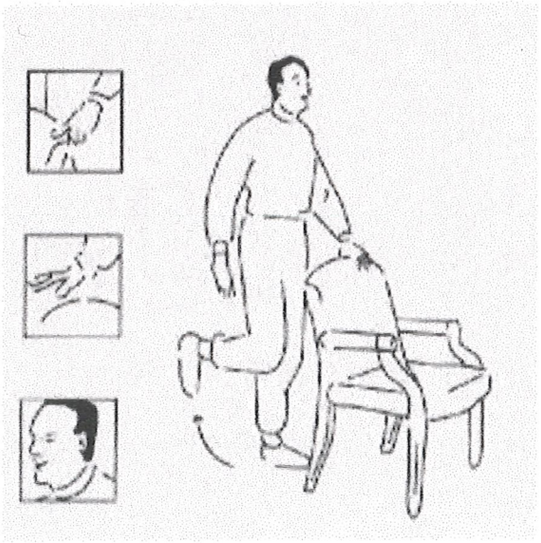
- 1. DUERME LO NECESARIO
- 2. HAZ LISTAS DE TAREAS
- 3. USA PAPEL Y LÁPIZ
- 4. CUIDA TU SALUD MENTAL
- 5. ACTIVA Y ENTRENA TU MENTE
- 7. ELIMINA DISTRACCIONES
- 8. ESTABLECE UN ESPACIO ADECUADO PARA REALIZAR TUS TAREAS
- 9. ALIMÉNTATE SALUDABLEMENTE Y TOMA AGUA



PRAXIAS

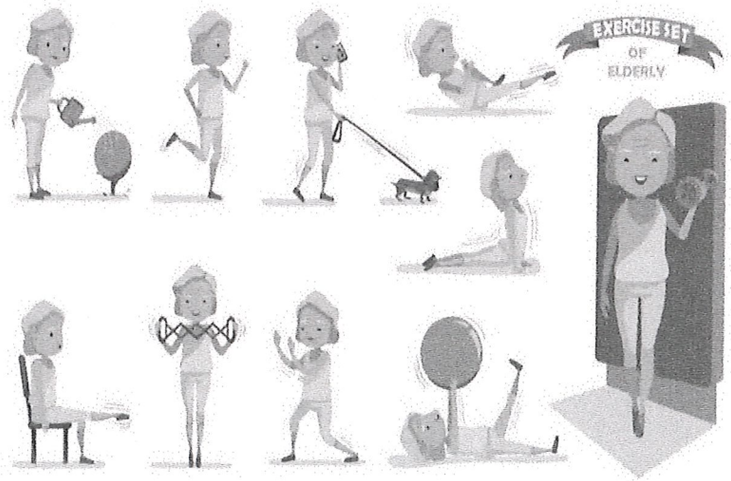
- Las praxias son una parte muy importante de nuestro día. Cualquier acción que realizamos implica esta habilidad.
- Por ejemplo, sonreír, caminar, hablar o vestirnos.
- Las praxias son habilidades motoras adquiridas, es decir, movimientos organizados que se hacen para lograr un objetivo.





COMPONENTES DE LA PRAXIA

- Las praxias tienen dos componentes: motor y cognitivo.
- Ambos trabajan juntos para lograr una meta, pero funcionan de manera independiente (se utilizan diferentes regiones cerebrales para llevarse a cabo)
- **Cognitivo:** Las etapas que componen al acto motor como la intención y la planificación.
- **Motor:** La implementación de la acción motora (fuerza y precisión del movimiento)

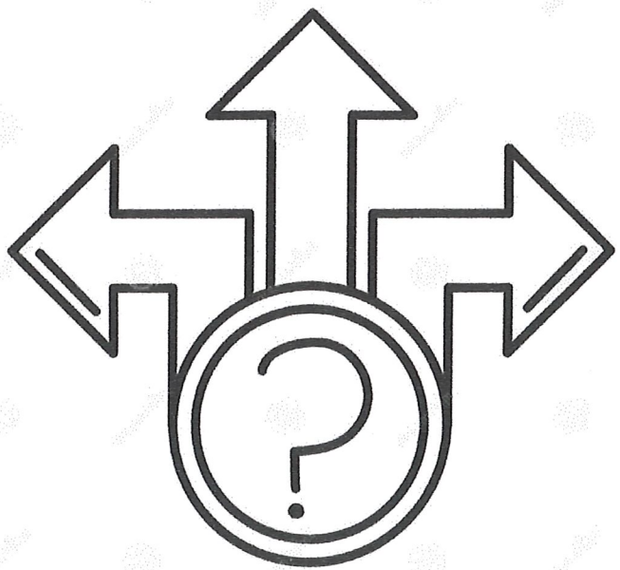


ORIENTACIÓN

- Capacidad que nos permite ser conscientes de nosotros mismos y del contexto en el que nos encontramos en un momento determinado.

¿Para qué sirve la orientación?

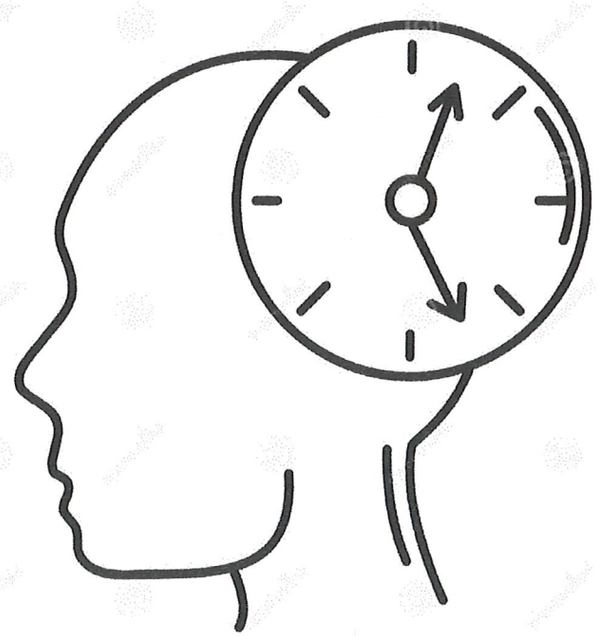
- Uno de los aspectos más importantes en nuestra vida es saber situarnos dentro de una situación o un momento
- Todos los días necesitamos saber en algún momento el día o la hora en la que nos encontramos y qué actividades podemos realizar propias del momento en el que estamos.



TIPOS DE ORIENTACIÓN

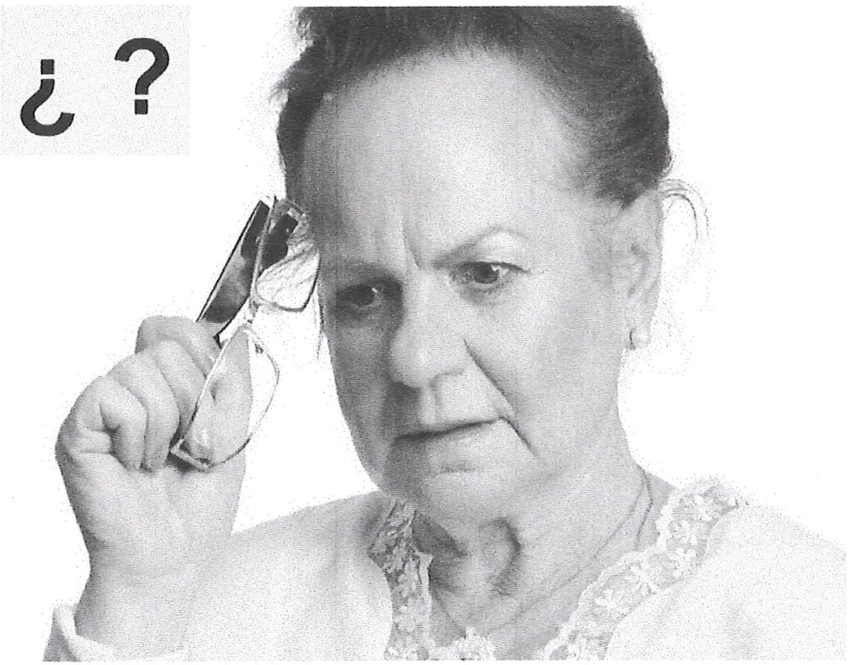
LA ORIENTACIÓN SE DIVIDE EN TRES TIPOS:

- **Orientación personal:** capacidad de integrar información relativa a la historia e identidad personal
- **Orientación temporal:** capacidad de manejar información de diferentes hechos o situaciones y situarlos en el tiempo cronológicamente.
- **Orientación espacial:** capacidad de manejar información relativa a de dónde venimos, dónde estamos en un momento específico, a dónde vamos, etc.



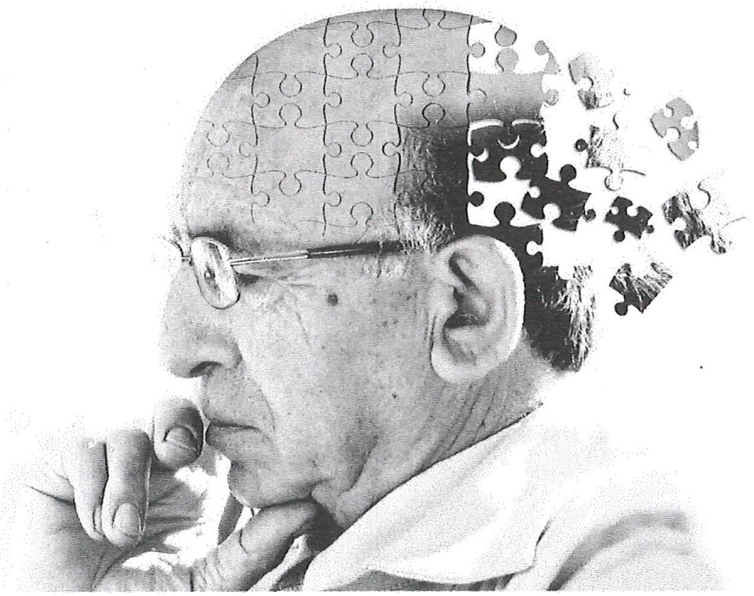
QUÉ ES EL DETERIORO COGNITIVO?

- El deterioro cognitivo es la pérdida de funciones cognitivas tales como la memoria, la atención y la velocidad de procesamiento de la información,debido al envejecimiento.



SINTOMAS DE DETERIORO COGNITIVO

- Tienes olvidos más frecuentes.
- Olvidas eventos importantes como citas o compromisos sociales.
- Pierdes el hilo de los pensamientos o de las conversaciones, los libros o las películas.
- Te resulta cada vez más abrumador tomar decisiones, planificar los pasos para realizar una tarea o comprender instrucciones.
- Empiezas a tener problemas para orientarte en entornos familiares.
- Te vuelves más impulsivo o muestras cada vez menos juicio.
- Tu familia y amigos notan cualquiera de estos cambios.



HAZLO EN CASA!

- Lee el siguiente trabalenguas y repítelo hasta que logres pronunciarlo bien!

María Chuchena techaba
su choza,
y un techador que por allí
pasaba, le dijo:
-María Chuchena,
¿tú techas tu choza, o
techas la ajena?

Ni techo mi choza, ni techo
la ajena, que techo la choza
de María Chuchena



HAZLO EN CASA!

Encuentra las diferencias!



ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor — BARRIO: Centro histórico.

FECHA: 21 / octubre / 2021 — HORA DE INICIO: 2:00pm — HORA DE TERMINACIÓN: 3:00pm

ACTIVIDAD: Encuentro virtual / Estimulación de habilidades cognitivas parte 2

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
Primera infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D	
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H	
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Eduardo Gutierrez	241430	JJ	70	3209018063		cll 12 A #2 B-20	El trebol	F	https://meet.google.com/rwr-ohwv-xhh
2	Fanny Maestre	20054027	J-J	85	3115082537		cra 1 B #2 A-12	El Cabrero	F	https://meet.google.com/rwr-ohwv-xhh
3									F	
4									F	
5									F	
6									F	
7									F	
8									F	
9									F	
10									F	
11									F	
12									F	
13									F	
14									F	
15									F	
16									F	
17									F	

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del Adulto mayor				BARRIO: Centro Histórico.					
FECHA: 21 - Octubre / 2021				HORA DE INICIO: 10:00 am			HORA DE TERMINACIÓN: 11:00 am		
ACTIVIDAD: Encuentro Virtual (Estimulación de habilidades Cognitivas parte 2									
POBLACIÓN OBJETIVO (PO):	Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D	
	Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H	
	Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual: K				

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Alfonso Carlos Cantor.	19393253	S.J.	65	3138907373		cl123 #19-91	Ciudad Sabana	F	https://meet.google.com/dtx-jysf-nzg
2	Rodrigo Pena Rojas.	17073892	S.J	78	3107733438		Cra 18 Este #8A-53	El trebol	F	https://meet.google.com/dtx-jysf-nzg
3	Flor Marina Torres	38 233775	S.J.	63	3123545771		cl12A#1B-85	El trebol	F	https://meet.google.com/dtx-jysf-nzg
4	Jose Guillermo Benavides	3023947	S.J	68	3133530619		Cra3 6#11-60	El trebol	F	https://meet.google.com/dtx-jysf-nzg
5	Elisa Perez.	20549873	S.J.	66	3123617723		Cra 1A#20-35	La Esperanza	F	https://meet.google.com/dtx-jysf-nzg
6	Evidalia Vega.	41496964	S.J	70	3209081205		Via la Mesa Km 4 mz C 4	El laurel	F	https://meet.google.com/dtx-jysf-nzg
7	Nohora Cortes. X	20525405	S.J.	67	3115282301		Cra 18A#9P-09	Siete Trojes.	F	https://meet.google.com/dtx-jysf-nzg
8									F	
9									F	
10									F	
11									F	
12									F	
13									F	
14									F	
15									F	
16									F	
17									F	

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor. BARRIO: Centro histórico.

FECHA: del 20 de octubre del 2021 al 25 de octubre del 2021 HORA DE INICIO: HORA DE TERMINACIÓN:

ACTIVIDAD: Contacto telefónico

POBLACIÓN OBJETIVO (PO):								
Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D	
Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H	
Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Paulina Edilma Pintor	41942495	S.T	66	3202022525		Cra 12A #10-35	Villa Marcela	F	llamada telefónica
2	Edmido Gutierrez	2491930	SJ	70	3109018063		Cll 12A #2B	El trebol	F	llamada telefónica
3	Lucila Mora	41348185	SJ	77	3124875122		Cra 1A #20-81	la Esperanza	F	llamada telefónica
4	Elisa Perez	20549873	SJ	66	3123611723		Cra 1A #20-35	La Esperanza	F	llamada telefónica
5	Maria Elisa Pinilla	41543603	SJ	69	3204386485		Cll 10 #3-05	Fincas de los Virreyes	F	llamada telefónica
6	Alfonso Pinton	2497237	SJ	83	313385 1108		Cll 20 #14B-08	Recodos de Mosquera	F	llamada telefónica
7	Rogelio Organista	2495950	SJ	86	3224169768		Cra 2 B Este #16A-29	Porvenir Centro	F	llamada telefónica
8	Ana de Dios. Rincón	20106918	SJ	93	3164737475		Cll 8# 1B E 94	El trebol	F	llamada telefónica
9	Rosa Maria Prieto	41381306	SJ	74	3219948259		Cll 22# 12A-04	La Arboleda	F	llamada telefónica
10	Ricardo Sepulveda	119 7201	SJ	81	3125034638		Cll 13 #12C-69	Villa Sayona	F	llamada telefónica
11	Flor Marina Torres	38233775	SJ	63	3123595771		Cll 12A #1B E85	El trebol	F	llamada telefónica
12	Jose Benavidet.	3023947	SJ	68	3133530619		Cra 3 E # 11-60	El trebol	F	llamada telefónica
13	Rosalba Aullon	41367267	SJ	76	3103262124		Cll 22#2-08	El Cabrero	F	llamada telefónica
14	Luz Marina Alfaro	41671603	SJ	67	3103399815		Cll 10 #1A-18	El trebol	F	llamada telefónica
15	Alfonso Carlos	19393253	SJ	65	3138907373		Cll 23#19-41	Ciudad Sabana Real	F	llamada telefónica
16	Mercedes Carreño	20280118	SJ	82	3143258369		Cll 7 #5-29	Alexandria Real	F	llamada telefónica
17	Nohora Cortes	20523405	SJ	67	3115282301		Cra 18A #9D-01	Siete trojes	F	llamada telefónica.

ALCALDÍA DE MOSQUERA	FORTALECIMIENTO SOCIAL Y GRUPOS POBLACIONALES	Código:	F-FS-05
		Fecha:	20/01/2020
	FORMATO DE REPORTE DE BENEFICIARIOS	Página:	1 de 1
		Versión:	3

LUGAR: Casa del adulto mayor				BARRIO: Centro histórico					
FECHA: del 20 de octubre del 2021 al 25 de octubre del 2021				HORA DE INICIO:			HORA DE TERMINACIÓN:		
ACTIVIDAD: Contacto telefónico.									
POBLACIÓN OBJETIVO (PO):	Primera Infancia de 0 a 5 años	A	Infancia de 6 a 11 años	B	Adolescencia de 12 a 17 años	C	Juventud de 17 a 28 años	D	
	Adultos de 29 a 59	E	Adultos mayores de 60 a 99 años	F	Discapacitados	G	Víctimas del conflicto armado	H	
	Población indígena	I	Afro colombianos	J	Otro cual:	K			

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NO. DE IDENTIFICACIÓN	EMPRESA / CARGO/ CLUB	EDAD	TELEFONO / CELULAR	CORREO ELECTRONICO	DIRECCIÓN	BARRIO	PO	FIRMA
1	Carlos Alberto Cruz	17196964	SJ	75	3178306O6		cll10#5-05	Rincon de los Viajes	F	llamada telefónica.
2	Rosa María Pinzón	23911440	SJ	72	3133044937		Sector Puente Mayor	Los Puentes	F	llamada telefónica
3	Ricardo Sepulveda	1147201	SJ	81	3125034638		cll13#12C-69	villa Sonia	F	llamada telefónica
4	Rosalba Cortes	20523405	SJ	67	3115282301		Cra 18#9P-01	Siete troncos	F	llamada telefónica.
5									F	
6									F	
7									F	
8									F	
9									F	
10									F	
11									F	
12									F	
13									F	
14									F	
15									F	
16									F	
17									F	