FUNDACIÓN HOGAR GERIÁTRICO Y DEL ADULTO MAYOR JUAN PABLO II PEREIRA

INFORME DE EJECUCIÓN
PERIODO: DEL 10 DE JUNIO AL 9 DE JULIO DEL 2023

AREA DE PSICOLOGIA

ANGELA MRIA BETANCURT RAMIREZ
TP 177613
Psicologa especialista en clinica

INFORME DE ACTIVIDADES DEL AREA DE PSICOLOGIA DEL 10 DE JUNIO AL 9 DE JULIO DEL 2023.

1. OBJETO DEL CONTRATO

Prestar los servicios como PSICOLOGA para la población Adulta Mayor beneficiaria del HOGAR GERIATRICO Y DEL DULTO MAYOR JUAN PABLO II

2. ACTIVIDADES REALIZADAS

A continuación, se presenta las actividades realizadas, por cada alcance del contrato.

2.1 Alcance del Contrato

Desde el área de psicología el manejo de la Intervencion individual, grupal y familiar con con los adultos y familias que necesitan apoyo psicológico en pro de cultivar y mantener las relaciones interpersonales..

Durante el presente periodo se realizaron:

3 sesiones de intervencion individual desarrolladas los días 14,23, Y 29 de Junio. Desde la terapia cognitiva conductual, centrándonos en el abordaje de las siguientes patologias:

- Depresión.
- Ansiedad.
- Fobias.
- Trastornos del sueño.
- Trastornos bipolares.
- Esquizofrenia.

es importante el abordaje de desafíos emocionales. Controlar los síntomas de patologías mentales y evitar recaídas.

- Sobrellevar situaciones de estrés de nuestra rutina diaria.
- Aprender a controlar las emociones.
- Solucionar conflictos y aprender a relacionarse mejor.
- Superar las pérdidas y el dolor, así como traumas emocionales.
- Afrontar el diagnóstico de una enfermedad.

- Tener controlados los síntomas físicos crónicos.

- 5 sesiónes de intervención grupal desarrolladas los días 14 , 22,23,27 y 29 de Junio y 4, 7 y 10 de Julio. Se trabaja desde el área de psicología en la psicoestimulación cognitiva en personas adultas mayores y la necesidad de hacer uso de intervenciones no farmacológicas en la población longeva. La persona adulta mayor sufre de un envejecimiento cognitivo que requiere de la estimulación de las funciones cognitivas para prevenir el deterioro de éstas funciones.
- Las personas mayores tienen un riesgo elevado de padecer alguna enfermedad que repercuta en el estado de su cognición, y este riesgo aumenta cuando las condiciones ambientales son poco estimulantes (Pascual, Barlés, Laborda y Loren, 1998). De ahí, la importancia de tomar la Psico-estimulación Cognitiva como un proceso de mejoramiento en la calidad de vida de las personas a las cuales se les aplique procesos de estimulación de las funciones cognitivas: atención, memoria, comprensión, orientación temporal, espacial.

2.2 Alcance del contrato

Durante el desarrollo de cada una de las intervenciones se brinda apoyo en busca de una adecuada Salud Mental, es importante el como nos sentimos, actuamos y pensamos. Es muy importante porque determina como nos relacionamos con el otro y ayudar afrontar cada uno de los síntomas persistentes en cada uno de los usuarios. , se realizó intervención y orientacion los días 14, 22,23, 27 y 29 de Junio y 4, 7, y 10 de Julio del presente año.

2.3 Alcance del contrato

Durante la intervencion de cada una de las actividades comprendidas entre el 14 de Junio y el 10 de Julio, se aplican diferentes técnicas desde la terapia cognitiva conductual contribuyendo en los cambios y variables picologicas logrando disminuir las patologías persisitentes en cada uno de los adultos mayores., se realizó intervencion los días 14,22, 23 ,27 y 29 de Junio y 4,7. Y 10 de Julio del presente año.

2.4 Presentar informe de actividades a la administración de la Juan Pablo II, con sus respectivos anexos: (registro de actividades, registro fotográfico, cuenta de cobro y pago de seguridad social).

Durante este periodo**,** se realizó una (1) actividad sobre realización de informe, la cual permite exponer y valorar de forma cuantitativa y cualitativa las actividades desarrolladas durante este periodo; como también los alcances obtenidos mediante la ejecución de estas. El soporte de estas actividades con su respectivo registro fotográfico reposa cada una en el registro de actividades realizadas, anexo al archivo del presente informe.

3. REGISTRO DE LAS ACTIVIDADES

- Se presenta informe en medio digital (email)

- Se presenta formato de actividades realizadas en medio digital (email).
- Se presenta registro fotográfico en medio digital. (email)

4. OBSERVACIONES

Desde el Area de Psicologia no hay novedad que reportar

Informe presentado y ejecutado en Pereira por:



Firma
Angela Maria Betancurt Ramirez
Psicologa Especialista en Psicologia clínica
T.P 177613
TEL: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	14/06/2023	**Hora:** 10:00 A: M
Temas de la actividad	**Intervención Individual:** Se está trabajando con cada uno de los adultos mayores estimulación cognitiva, para evitar deterioro cognitivo a través de ejercicios como: sopa de letras, Juegos de mesa, pintura.	
Objetivos: la práctica de los juegos de mesa aporta numerosos beneficios para la salud física, mental y afectiva de las personas mayores.		

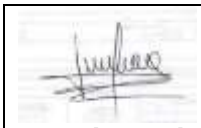
Temas desarrollados: Sopa de letras, cartas, domino, pintura.
Optimiza los niveles de bienestar subjetivo,disminuye los sentimientos de soledad, Mejora el estado de ánimo y la motivación interna, Incrementa la capacidad de afrontamiento en situaciones de estrés, aumenta la autoeficacia social percibida, facilita la adaptación a la jubilación, amplía los niveles de satisfacción vital, Mejora las habilidades comunicativas, Potencia la percepción sensorial,ejercita las habilidades cognitivas, Incrementa la autoestima.

Metodología:
Los juegos que requieren coordinar movimientos, movilizar articulaciones o realizar estiramientos contribuyen al mantenimiento de las habilidades sensoriales y motoras. Estimula la percepción sensorial, Cualquier actividad lúdica, al ser fuente de motivación, incrementa la atención y mejora la percepción y estimulación de los sentidos. Ejercita las habilidades cognitivas. Los juegos de preguntas y respuestas, y aquellos que requieren atención y concentración, contribuyen a la activación de la memoria. Los juegos de palabras y letras, o los de cálculo, ayudan a practicar algunos hábitos necesarios para el desarrollo de las actividades de la vida cotidiana. Otra interesante aportación al mantenimiento cognitivo es el aprendizaje y memorización de las reglas de juego.Potencia el contacto social y la comunicación. El juego compartido fomenta las relaciones sociales y la comunicación, a la vez que estimula la satisfacción emocional y la seguridad. Los juegos cooperativos son especialmente adecuados para promover los mensajes positivos dentro del grupo. El juego en compañía, sea cual sea su temática, es siempre una oportunidad para potenciar y mejorar el uso del lenguaje. ofrece nuevos entornos para el aprendizaje. Los ambientes estimulantes generados por la actividad lúdica facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje. Cualquier edad es adecuada para adquirir nuevos conocimientos y el soporte lúdico facilita un aprendizaje que es adquirido sin apenas ser consciente de ello.

- **Domino**: Juego de estrategia
- Número de jugadores: De 2 a 4. Lo más habitual es jugar en parejas, pero también se puede jugar individualmente.
- El objetivo del juego es alcanzar una determinada puntuación previamente prefijada, jugando para ello las manos o rondas que sean necesarias. El primer jugador o pareja que alcance dicha puntuación gana. A partir de una ficha inicial, deben ir encadenándose por turnos las fichas de que dispone cada jugador. Al jugar en parejas, excepto alguna seña muy concreta aceptada en las normas del juego, no está permitida la comunicación explícita entre los participantes.
- Habilidades Ejercitadas: Atención y concentración, memoria de trabajo y memoria a corto plazo. Cálculo. Percepción visual. Pensamiento crítico. Tratar de prever cómo jugará el adversario y cómo jugará el compañero.Flexibilidad de pensamiento. Adaptar la propia estrategia a los cambios del juego.
- **SOPA DE LETRAS**: La sopa de letras consiste en un cuadro u otra forma geométrica llena de distintas letras y sin sentido aparente. El juego consiste en descubrir un número determinado de palabras, frecuentemente relacionadas todas ellas con un mismo tema. En algunos casos se proporciona el listado de palabras que deben hallarse, pero en otros simplemente se dan indicaciones sobre el tema
- **Habilidades Ejercitadas**: Lenguaje, atención y concentración, Visuopercepción, memoria semántica, Paciencia.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y Ejecutado por:



Angela Maria Betancurt Ramirez
Psicologa Especialista en clínica
Tel: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	22/06/2023	**Hora:** 9:00 am
Temas de la actividad	Buscar Diferencias, refranes y tangram	

Objetivos:
Implementar ejercicios de estimulación cognitiva que permiten trabajar las distintas capacidades cognitivas y funciones ejecutivas ya sea de manera global o ejercitando una capacidad en concreto. Sin embargo, usualmente, un mismo ejercicio entrena más de una capacidad cognitiva y una misma capacidad puede ser trabajada por diferentes ejercicios**.** Atención Percepción, Memoria, Lenguaje, Velocidad de procesamiento, Orientación, Razonamiento, Praxias, Gnosias, Control cognitivo, Calculo.

Temas desarrollados: Buscar Diferencias, refranes, y tangram

metodología: Buscar diferencias: Se presentan dos dibujos o fotografías que, a primera vista, parecen iguales, pero existe un número determinado de diferencias entre ellas. El objetivo es encontrar tantas diferencias como se indique en el enunciado. La dificultad de cada ejercicio puede venir determinada por distintos factores, como la riqueza de detalles de las imágenes o el grado de sutileza de las diferencias.
Habilidades Ejercitadas: Altas dosis de capacidad de observación y atención. Habilidad para los análisis sistematizados y ordenados de las situaciones.
Refranes: resumir, sintetizar, explicar o dar cabida a muchos fenómenos y situaciones. Los refranes, dichos y frases hechas son moneda de cambio habitual en el lenguaje coloquial, aunque a veces se desconoce exactamente su significado. En las tareas que a continuación se proponen se persigue un doble objetivo: por un lado, poner a prueba su propio dominio de este tipo de expresiones, y por otro, enriquecer ese almacén semántico con la curiosidad de descubrir qué significan los que desconocía (ya sea por intuición, por deducción o consultando las soluciones).
Habilidades Ejercitadas: Atención, Lectura, escritura y memoria semántica, flexibilidad de pensamiento.
Tangram: muy utilizado en distintas disciplinas como el diseño, la psicología o la pedagogía,en la promoción del desarrollo de destrezas psicomotrices e intelectuales, ya que permite integrar el aspecto lúdico con la formación de ideas abstractas a partir de un material concreto.

Habilidaded Ejercitadas: Atención y concentración,capacidad visuoperceptiva, Orientación Visuoespacial, capacidad de abstracción, flexibilidad cognitiva, Creatividad.,Destreza manipulativa.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y Ejecutado por:



Angela Maria Betancurt Ramirez
Psicologa Especialista en clínica
Tel: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	23/06/2023	**Hora:** 10:00 A: M
Temas de la actividad	Intrvencion Individual	
trabajando desde la Terapia Cognitivo Conductual diferentes conductas y modelos cognitivos con el propósito de contribuir a una mejor calidad de vida del adulto mayor.		
Temas desarrollados:		

- Intervencion Individual

Metodología:
La intervención se realiza de manera personalizada con los usuarios que presentan diferentes patologías como ansiedad, Depresión, Bipolaridad, Ezquizofrenia:

Con los adultos mayores que se hizo la intervención desde la terapia cognitiva conductual fueron:

PAULINA BARRERA DE HERRERA: Actualmente con dx por psiquiatría con tx de Ansiedad no especificado. adherente al tratamiento psiquiátrico y psicoterapéutico.
En las sesiones se trabaja con Paulina en la disminución de los síntomas ansiosos mediante estrategias cognitivas y conductuales, enfocandonos en prevenir, reducir y eliminar pensamientos, emociones y conductas que generan malestar: ansiedad y miedo, bajo estado de ánimo, irritabilidad, preocupaciones excesivas o recurrentes. se tienen en cuenta y se valoran las capacidades, habilidades, recursos y limitaciones del paciente. A través de la exploración de diferentes áreas de su vida, pasada y presente,

MARIA NIDIA CORTES SERNA : Desde la intervención Individual se esta trabajando en en el entrenamiento asertivo: Cuando la ansiedad aparece en situaciones interpersonales, se hace necesario evaluar si ella se debe a un déficit en comportamientos asertivos. La aserción o asertividad es la capacidad de expresar lo que se siente y se piensa de manera socialmente adecuada, sin experimentar ansiedad o agresión.
Las personas con déficit en asertividad tienen dificultades para defender sus derechos, negarse a peticiones poco razonables, expresar un desacuerdo, entre otras. El entrenamiento asertivo constituye un procedimiento técnico mediante el cual se pretende generar habilidades comunicacionales que ayuden a disminuir el grado de ansiedad experimentado en situaciones sociales. Se le aplica tes de Moca para evaluar deterioro cognitivo.

BERTHA ARISTIZABAL LOPEZ: La adulta mayor tiene dificultad auditiva, diagnosticada con trastorno de Ansiedad. intervenciones desde la terapia cognitivo conductual desde la técnica del buen manejo de La respiración abdominal consiste en enseñarle a la paciente a respirar en forma pausada y profunda, llevando el aire al abdomen, de manera de aumentar la capacidad pulmonar y por ende la cantidad de oxígeno; luego se sostiene el aire durante unos 5 segundos y se lo deja salir de forma suave. Uno de los elementos cruciales en esta técnica es cambiar el ritmo respiratorio ya que la respiración abdominal activa al sistema nervioso parasimpático a través del «sinus arritmia», que se define como la cantidad de latidos cardíacos que hay entre la inspiración y la espiración. Tan pronto se realiza la respiración abdominal, el ritmo cardíaco disminuye.

Esta técnica constituye una potente herramienta para el tratamiento es un hecho comprobado que entre dos y tres respiraciones abdominales bien realizadas ponen fin a las crisis de pánico. Se sugiere al paciente que practique la técnica cuando sienta ansiedad de manera que la automatice y pueda utilizarla rápidamente ante una situación de pánico.

MARTIN EMILIO MONTOYA ZAPATA: En la Intervencion Individual estamos trabajando en la Relajación muscular profunda: Consiste en entrenar al paciente a distender los músculos al tiempo que se realiza la respiración abdominal y se orienta la atención a cada uno de los grupos musculares que se van aflojando. La disminución del tono muscular se informa al cerebro a través de vías aferentes que provienen de los músculos estriados y alcanzan la formación reticular con proyecciones sobre la corteza y el sistema límbico. De este modo, la relajación pone en funcionamiento a la rama parasimpática del sistema nervioso autónomo contrarrestando los efectos

de la rama simpática. Es por ello que la relajación inhibe a la ansiedad lentamente, logrando que el cuerpo reduzca su grado de activación, la cual se puede medir, entre otras cosas, observando como el ritmo cardíaco disminuye.
Esta técnica es fácil de aplicar y casi no posee contraindicaciones. Es muy bien aceptada por los pacientes quienes suelen manifestar haber experimentado mucha calma y tranquilidad mientras se hallaban en estado de relajación.

EDELMIRA HINCAPIE DE GALVIS: Diagnóstico de ansiedad y depresión, aceptar la realidad, asumir los hechos que causan angustia y sufrimiento. Para ello, debe dejar atrás las estrategias de resistencia y de evitación de los síntomas, asumiendo la desesperanza como una experiencia que pueda abrir nuevas alternativas de actuación. Se trabaja la técnica de desensibilización sistematica La sesión de desensibilización comienza con el paciente sentado en un lugar cómodo y desarrollando la respuesta de relajación para el la cual ya fue previamente entrenado, una vez indicada su señal se le pide que lo imagine con el mayor realismo posible. Si ante la presentación de la situación el paciente indicase ansiedad considerando el límite que indican ansiedad, se le da la indicación de dejar de imaginar y volver a centrarse en la relajación. En caso de que no se produzca ansiedad se mantiene en la imaginación durante unos 15 o 20 segundos, después de este tiempo se le pide al paciente centrarse nuevamente en la relajación (40 o 50 segundos) y se volverá a presentar la misma situacion siguiendo las mismas pautas, si nuevamente no se produce ansiedad se realizará una nueva pausa para centrarse nuevamente en la relajación.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y ejecutado por:



Angela Maria Betancurt Ramurez
Psicologa especialista en clinica
TEL: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	27/06/2023	**Hora:** 9:00 am
Temas de la actividad	Intervencion Grupal	

descifrar qué procesos cognitivos se ven afectados y por qué se producen estos cambios a lo largo de la última etapa de la vida, la psicología del envejecimiento y del desarrollo puedan ofrecer una descripción completa de los efectos de la edad sobre la cognición humana. Estos resultados permitirán comprobar si efectivamente las personas mayores, en relación con los jóvenes, presentan una menor competencia en todas las tareas cognitivas, si utilizan las mismas estrategias para la resolución de problemas, entre otras.
el envejecimiento cognitivo no es un fenómeno homogéneo, dado que el comienzo de los posibles decrementos, la amplitud de los mismos y sus manifestaciones son muy diversas, el envejecimiento intelectivo de cada individuo es diferente, independientemente de que los decrementos se puedan producir en todos los sujetos. El adulto mayor con algún deterioro cognitivo puede beneficiarse con la estimulación cognitiva,siendo evidente como primer resultado una mejora en la calidad de vida y disminuyéndose así, el riesgo a que este deterioro empeore.

Temas desarrollados: Terapia Reminicescia

Metodología: Desde la Terapia de Reminicescia estamos evaluando las siguientes Funciones:

Orientación y atención: Ambas funciones son fundamentales para poder realizar y aplicar el resto de las funciones cognitivas, no obstante definir sus características específicas resulta ciertamente dificultoso.

Memoria: Existen diferentes modelos teóricos sobre la memoria, desde los que afirman que la memoria consta de diferentes procesos, hasta los que opinan que la memoria está compuesta por diferentes sistemas y subsistemas. La memoria es la facultad de conservar las ideas anteriormente adquiridas.

Funciones ejecutivas frontales: Son las funciones que se le atribuyen al lóbulo frontal o también conocidas como funciones frontales, se podrían denominar como ejecutivas o conducta adaptativa, es decir, una conducta apropiada,modificable, motivada y libre de respuestas impulsivas isruptivas. Estas conductas deben controlar los cambios en el ambiente y, si es posible, prevenirlos.

Lenguaje: Se va a entender lenguaje no solamente al hablado, sino al habla espontánea, denominación de objetos o situaciones, comprensión, repetición, expresión escrita y lectura comprensiva.

La Terapia Reminicescia: La reminiscencia constituye una forma de mantener el pasado personal y de perpetuar la identidad de la persona. Es una técnica muy completa ya que utiliza la estimulación, la comunicación, la socialización y el entretenimiento (Laborda,2002). Se pueden utilizar temas desde el recuerdo de hechos generales hasta recuerdos de experiencias personales. En las personas afectadas con demencia,sabemos todos que tienen más memoria de su juventud, ya que se tratan de recuerdos muy aprendidos, fijados y repetidos o que tienen un especial significado emocional o personal. La estimulación de los recuerdos y la expresión de los mismos puede ser de gran dificultad en aquellas personas con trastornos de lenguaje, pero el utilizar por ejemplo canciones u otro tipo de estimulación sensorial como olores, ruidos. puede ayudar a conseguir el efecto que deseamos.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y Ejecutado por:



Angela Maria Betancurt Ramurez
Psicologa especialista en clinica
TEL: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	29/06/2023	**Hora: 9**:30 am
Temas de la actividad	Intervencion Individual	
Intervención Individual: Se aplico el Test de evaluación cognitiva de Montreal (Moca)		
Temas desarrollados: Intervencion Individual Se aplico el Test de evaluación cognitiva de Montreal (MoCA) donde se evaluo las áreas de atención y concentración, así como otras funciones cognitivas, entre las que cabe señalar la memoria, las habilidades visoespaciales, el lenguaje, el cálculo, el razonamiento y la orientación.		
Metodología Interpretacion de la prueba: **Adulto Mayor:** Martin Montoya **PRUEBA COGNITIVA MONTREAL (MOCA)**		

PROCESOS COGNITIVOS	
Procesos Cognitivos	**Puntuacion**
Visuoespecial Ejecutivo	4/5
Identificacion	3/3
Memoria	Sin puntos
Atencion: Numeros inversos	2/2
Atencion: Serie de letras	1/1
Atencion: Resta de 7 en 7	3/3
Lernguaje	2/2
Fluidez de Lenguaje	1/1
Abtraccion	2/2
Recuerdo Diferido	3/5
Orientacion	1/6
Total	22

- **Martin Montoya:** Adulto mayor de 60 años de edad al cual se le aplico el test de evaluacion cognitiva Moca, obteniendo un puntaje de 22 puntos de un total de 30 puntos.Sugiere que presenta un deterioro cognitivo leve. Sin embargo en el apartado Visoespacial ejecutiva la puntuación obtenida por el adulto mayor Antonio es de 4 puntos de 5, en este apartado el adulto desconoce la orientación de las manecillas del reloj y en el dibujo del cubo algunas

líneas no están paraelas y lados verticales mas cortos, se le dificultan las figuras tridimensionales.

- En el apartado recuerdo diferido el puntaje fue 3 puntos de 5, indica que esta presentando dificultad en su memoria a corto plazo. En el apartao orientación solo respondio el dia de la semana, se nota que tiene dificultad en el procesamiento de los recuerdos inmediatos.
- En cuato a los demás dominios identificación, Leguaje, identificacion, abstracción, el puntaje fue el adecuado, con niveles adecuados de especificidad y sensibilidad.Se recomienda Juegos diversos: juegos de cartas, de palabras, rompecabezas, crucigramas, palabras, rompecabezas, sopa de letras. Con ellos se puede estimular la atención, la memoria, el lenguaje, o las funciones ejecutivas (relacionadas con la planificación y el razonamiento), entre otras.

Metodología
Interpretacion de la prueba:
Adulto Mayor: Nidia Cortez dx tx afectivo Bipolar

PRUEBA COGNITIVA MONTREAL (MOCA)

PROCESOS COGNITIVOS	**Puntuacion**
Procesos Cognitivos	
Visuoespecial Ejecutivo	3/5
Identificacion	3/3
Memoria	Sin puntos
Atencion: Numeros inversos	2/2
Atencion: Serie de letras	1/1
Atencion: Resta de 7 en 7	0/3
Lernguaje	2/2
Fluidez de Lenguaje	1/1
Abtraccion	1/2
Recuerdo Diferido	2/5
Orientacion	6/6
Total	21

- **Nidia Cortez:** Adulta mayor de 65 años de edad al cual se le aplico el test de evaluacion cognitiva Moca, obteniendo un puntaje de 21 puntos de un total de 30 puntos.Sugiere que presenta un deterioro cognitivo leve. Sin embargo en el apartado Visoespacial ejecutiva la puntuación obtenida por la adulta mayor Nidia es de 3 puntos de 5, en este apartado la adulta desconoce la orientación de las manecillas del reloj, y la ubicación de los números, en el dibujo del cubo algunas líneas no están paraelas y lados verticales mas cortos, se le dificultan las figuras tridimensionales.

- En el apartado recuerdo diferido el puntaje fue 2 puntos de 5, indica que esta presentando dificultad en su memoria a corto plazo. se nota que tiene dificultad en el procesamiento de los recuerdos inmediatos.

- En cuato a los demás dominios identificación, Leguaje, idntificacion, abstracción, orientación, el puntaje fue el adecuado. Se evidencia por el resultado total de la prueba un deterioro cognitivo leve, con niveles adecuados de especificidad y sensibilidad.

Metodología
Interpretacion de la prueba:
Adulta Mayor: Alirio Parrado Aguirre dx Ansiedad no especificada

PRUEBA COGNITIVA MONTREAL (MOCA)

PROCESOS COGNITIVOS	
Procesos Cognitivos	**Puntuacion**
Visuoespecial Ejecutivo	2/5
Identificacion	3/3
Memoria	Sin puntos
Atencion: Numeros inversos	2/2
Atencion: Serie de letras	1/1
Atencion: Resta de 7 en 7	0/3
Lernguaje	2/2
Fluidez de Lenguaje	1/1
Abtraccion	2/2
Recuerdo Diferido	3 /5
Orientacion	6/6
Total	22

- **Alirio Parrado Aguirre:** se le aplico el test de evaluacion cognitiva Moca, obteniendo un puntaje de 22 puntos de un total de 30 puntos.Sugiere que presenta un deterioro cognitivo leve. Sin embargo en el apartado Visoespacial ejecutiva la puntuación obtenida por el Alirio de 4 puntos de 5, en este apartado la Alirio desconoce la orientación de las manecillas del reloj, La aguja de la hora debe ser claramente más corta que la aguja de los minutos. Las manecillas deben estar dentro del reloj con su unión cerca del centro. No se asigna punto ya que no estaban en la hora indicada.

- En el apartado Atencion restar los números la puntuación obtenida fue: 0/3 donde se evidencia la dificultad para realizar las operaciones. recuerdo diferido el puntaje fue 3/5 puntos de 5, indica que esta presentando dificultad en su memoria a corto plazo. se nota que tiene dificultad en el procesamiento de los recuerdos inmediatos. Sobresalen los problemas en la memoria de trabajo no logra retener la informacion. En el apartado Lenjuage palabras que comience por la letra p su puntaje fue 0/1.

- En cuato a los demás dominios identificación, idntificacion, abstracción, orientación, el puntaje fue el adecuado. Se evidencia por el resultado total de la prueba un deterioro cognitivo leve. Se recomienda seguir implementando estrategias que permitan una adecuada estimulacon cognitiva. A travez del juego, terapia de reminicescia, ejercicios de respiración y relajación muscular.

Metodología
Interpretacion de la prueba:
Adulto Mayor: Roberto Restrepo

PRUEBA COGNITIVA MONTREAL (MOCA)	
PROCESOS COGNITIVOS	
Procesos Cognitivos	**Puntuacion**
Visuoespecial Ejecutivo	2/5
Identificacion	3/3
Memoria	Sin puntos
Atencion. Numeros inversos	2/2
Atencion: Serie de letras	1/1
Atencion: Resta de 7 en 7	0/3
Lernguaje	2/2
Fluides de Lenguaje	1/1
Abtraccion	2/2
Recuerdo Diferido	3 /5
Orientacion	6/6
Total	22

- **Roberto Restrepo:** Adulto mayor de 89 años,se le aplico el test de evaluacion cognitiva Moca, obteniendo un puntaje de 22 puntos de un total de 30 puntos.Sugiere que presenta un deterioro cognitivo leve. Sin embargo en el apartado Visoespacial ejecutiva la puntuación obtenida por el adulto mayor Roberto Restrepo de 2 puntos de 5, en este apartado el adulto mayor No puede representar la tridimensionalidad,en el cubo con una franca distorsión de laforma. En el reloj hay una omisión unilateral de la figurada.

- En el apartado Atencion restar los números la puntuación obtenida fue: 0/3 donde se evidencia la dificultad para realizar las operaciones. recuerdo diferido el puntaje fue 3/5 puntos de 5, indica que esta presentando dificultad en su memoria a corto plazo. se nota que tiene dificultad en el procesamiento de los recuerdos inmediatos. En el apartado Lenjuage palabras que comience por la letra p su puntaje fue1/1. Dice mas de once palabras por minuto.

- En cuato a los demás dominios identificación, Leguaje, idntificacion, abstracción, orientación, el puntaje fue el adecuado. Se evidencia por el resultado total de la prueba un deterioro cognitivo leve, esta se refiere a una etapa de transición entre los cambios cognitivos del envejecimiento normal y la demencia. Durante esta etapa, el deterioro cognitivo es muy leve y de gravedad insuficiente para constituir una demencia, pues no afecta las actividades de la vida diaria.

Metodología
Interpretacion de la prueba:

Adulto Mayor: Elvia Gallego Cortez dx tx bipolar de larga evolucion

PRUEBA COGNITIVA MONTREAL (MOCA)

PROCESOS COGNITIVOS	
Procesos Cognitivos	**Puntuacion**
Visuoespecial Ejecutivo	2/5
Identificacion	3/3
Memoria	Sin puntos
Atencion: Numeros inversos	2/2
Atencion: Serie de letras	1/1
Atencion: Resta de 7 en 7	0/3
Lernguaje	2/2
Fluidez de Lenguaje	0/1
Abtraccion	2/2
Recuerdo Diferido	3 /5
Orientacion	3/6
Total	18

- **Elvia Gallego Cortez:** Adulta mayor de 65 años,paciente Dx de Tx bipolar de larga evolución se le aplico el test de evaluacion cognitiva Moca, obteniendo un puntaje de 18 puntos de un total de 30 puntos.Sugiere que tiene un deterioro cognitivo leve, . Sin embargo en el apartado Visoespacial ejecutiva la puntuación obtenida fue de 2 puntos de 5, en este apartado no logra completar los números y no logra hacer las manecillas del reloj las cuales indican hora y minutos. No puede representar la tridimensionalidad,en el cubo con una franca distorsión de laforma.

- En el apartado Atencion restar de 7 en 7 no logra hacerlo, refleja mayor disminución funcional comparada con los demás componentes de la prueba.

- En el apartado recuerdo diferido la puntuación fue 3 de 5 lo que indica que su memoria a corto plazo esta afectada

- En general **s**us capacidades cognitivas se encuentran conservadas, en los dominios identificación, abstracción, el puntaje fue el adecuado. Se hace necesario seguir con el proceso de intervención donde se implementen estrategias que permitan disminuir el deterioro cognitivo leve presentado por la adulta mayor.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y ejecutado por:



Angela Maria Betancurt
Psicloga Especialista en clinica
TEL: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	04/07/2023	**Hora:** 10:00 am
Temas de la actividad	Intervencion Grupal	

OBJETIVO: orientar y fortalecer el conocimiento sobre nuestras emociones y cómo estas pueden influir en nuestro desempeño en la vida diaria.

- Charla grupal sobre el manejo de las emociones ya que Los adultos mayores experimentan una serie de sentimientos y emociones como **la angustia, la tristeza, el miedo, el estrés, la impotencia, la desesperanza y el aislamiento**, los cuales dan cuenta de una nueva perspectiva que lleva a entender aún más cómo la experiencia del dolor crónico impacta en todas las dimensiones ...

Temas desarrollados
Charla Grupal sobre el manejo de las emociones

Metodología: Charla grupal sobre el manejo de las emociones ya que Los adultos mayores experimentan una serie de sentimientos y emociones como **la angustia, la tristeza, el miedo, el estrés, la impotencia, la desesperanza y el aislamiento**, los cuales dan cuenta de una nueva perspectiva que lleva a entender aún más cómo la experiencia del dolor crónico impacta en todas las dimensiones .
Desarrollo del tema; son señales internas que nos permiten mantenernos vivos.
Importancia de las Emociones: Regulan nuestra atención,nos ayudan a conectarnos afectivamente con el otro.Las emociones comunican a través de la expresión facial y acciones.Permiten la adaptación.Nos alertan frente a situaciones de peligro. Influyen en el pensamiento y la memoria.
Generan motivación en las personas cuando hay metas clara.
Donde Nacen las Emociones: Las emociones nacen en el Sistema Límbico el cual es una de las redes neuronales más importantes, por su papel relevante en la aparición de los estados de ánimo.No es exactamente una región del encéfalo, es una red que esta mezclada con varias estructuras del cerebro.

- Cuales son las emociones básicas? La ira (enojo, rabia, lo que sentimos por ejemplo cuando alguien hace comentarios agresivos,
- La tristeza (al estar lejos de nuestra familia o nuestro lugar de origen, cuando perdemos un amigo o ser querido, cuando tenemos dificultades para hacer amigos)
- el miedo (cuando debemos exponer en público y tememos quedar en ridículo, cuando dependemos de un examen
  la alegría (que podemos experimentar al aprobar un reto académico difícil, cuando obtenemos apoyo y reconocimiento de amigos, compañeros, jefes y docentes, cuando somos correspondidos en el amor).
  Como regular nuestras emociones? Para aprender a regular nuestras emociones, es importante conocer cómo ellas se presentan. Existen varios modelos explicativos sobre la ocurrencia de las emociones, aquí describimos uno de ellos: En una situación determinada, de acuerdo con nuestra experiencia previa, nuestra forma de ser, nuestras metas personales y valores, enfocamos nuestra atención en aspectos determinados de esa situación, hacemos una

valoración subjetiva que desencadena una respuesta emocional que puede ser placentera o displacentera.

Seleccionar la situación: De manera anticipada podemos saber el potencial de una situación para ocasionar emociones negativas (algunos encuentros familiares, expresión de quejas o desacuerdos) y podemos prepararnos evitando involucrarnos en ella si ya tenemos motivos de malestar (no haber dormido o comido bien, atravesar otras situaciones estresantes), para que no se junten varios detonantes de emociones displacenteras.

Para esto es muy importante mantener hábitos de vida saludable, actividad física regular, rutinas saludables de sueño y alimentación, actividades de relajación (respiración, relajación muscular) y fortalecer nuestro apoyo social.

Reevaluar nuestro pensamiento: La interpretación que hacemos de la situación puede determinar como nos sentimos. Hacer evaluaciones más realistas de las situaciones ayuda a sentirnos mejor. Cambiar la percepción de las habilidades propias recordando momentos en que hemos afrontado bien un problema y darnos cuenta que tenemos capacidad de enfrentarlos ya que antes lo hemos hecho. Enfocarnos en los aprendizajes que pueden dejarnos las situaciones es más útil que preguntarnos «¿por qué a mí?». No juzgarnos por sentirnos mal en dadas situaciones, sino aceptar que es natural sentirnos así, dificulta menos el manejo emocional.

Hacer una pausa: Una vez estamos experimentando una emoción negativa: parar, pensar y evaluar lo que pasa. Encontrar un lugar para estar a solas un momento puede servir.

Identificar la emoción: Darnos cuenta de qué emoción estamos experimentando y diferenciarla (ira, angustia, tristeza) nos permite ponerle nombre y enfrentarla

Evaluar la situación Preguntarse: «¿Puedo controlar o modificar la situación?», «¿Hay algo que alguien más pueda hacer al respecto?»

Reflexionar :Las emociones son útiles, nos motivan a actuar. No podemos controlar lo que sentimos pero sí podemos determinar las acciones posteriores. Pensar en cómo las emociones se intensifican y luego pasan, y reconocer que nos mueven a la acción pero no siempre nos llevan a hacer lo correcto, sirve para hacer una pausa y tomar mejores decisiones.

Las emociones hacen parte de nuestra vida. Vivirlas y aprender a regularlas nos permitirá encontrar lo útiles que son para relacionarnos con nosotros mismos, los demás y el mundo. La regulación emocional adecuada nos facilitará alcanzar nuestras metas y disfrutar mejor nuestra vida.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y Ejecutado por:



Angela Maria Betancurt
Psicloga Especialista en clinica
TEL: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	07/07/2023	**Hora:** 9:00 am
Temas de la actividad	Dinamica sobre Resolucion de conflictos	

- **OBJETIVO**: El representar una situación, real o hipotética, a la vez que se desarrolla la empatía. La idea es que las personas voluntarias tendrán que cambiar de rol, pero antes se les darán unos minutos para que conozcan a la persona que van a interpretar y ponerse en su papel. se procede a debatir entre quienes han cambiado de rol y quienes no, para llegar a un acuerdo en común.

Temas desarrollados: Intervencion Grupal con cada uno de los adultos mayores institucionalizados.

- Metodologia; Dinámica sobre Resolución de conflictos: Se hará un Juego de roles tiene como objetivo el representar una situación, real o hipotética, a la vez que se desarrolla la empatía. La idea es que las personas voluntarias tendrán que cambiar de rol, pero antes se les darán unos minutos para que conozcan a la persona que van a interpretar y ponerse en su papel. se procede a debatir entre quienes han cambiado de rol y quienes no, para llegar a un acuerdo en común. Un conflicto es una situación que implica un problema, una dificultad y puede suscitar posteriores enfrentamientos, generalmente, entre dos partes o pueden ser más también, cuyos intereses, valores y pensamientos observan posiciones absolutamente contrapuestas.Ese conflicto puede provocar el intercambio de opiniones entre dos personas que sostienen intereses contrapuestos y pueden pasar tres cosas,Que quede ahí en esa discusión, que no se haga mucho caso ya que priman más otras cuestiones y esto va a quedar como algo puntual.Evolucionar hacia un arreglo . Llegar a un entendimiento y acuerdo.En el peor de los casos provocar una fuerte discusión y la "ruptura de relaciones" entre los contendientes.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y ejecutado por:



Angela Maria Betancurt Ramirez
Psicologa Clinica
TEL: 3104861706

C.B. A	**Hogar Geriátrico y del Adulto Mayor Juan Pablo II**	
Fecha de actividad	10/07/2023	**Hora: 2**:00 P:m
Temas de la actividad	Intervencion Grupal	

OBJETIVO: Apoyar, reducir la intensidad emocional y reactivar la capacidad de resolución de problemas en los adultos mayores de la Fundacion Juan Pablo II

Temas desarrollados:
Charla Grupal Primeros Auxilios Psicologicos

Metodología: Desarrollo de la temática:

Intervención Grupal: Charla sobre primeros auxilios psicológicos: Con el objetivo que el adulto mayor pueda, aliviar el dolor inmediato y el sufrimiento de la persona. Ayudar a comenzar el proceso de recuperación. Reducir el impacto negativo del evento traumático en la vida del afectado. Proporcionar herramientas para afrontar el evento y sus consecuencias Observar y mantenerse alerta, Establecer vínculos. Ayudar a las personas a sentirse cómodas y a gusto. Actuar con gentileza, calma y solidaridad. Ayudar con las necesidades básicas. Escuchar. Tranquilizar de forma realista.

¿Qué es una crisis? Una crisis es la reacción conductual, emocional, cognitiva y biológica de una persona ante un evento precipitante, que se constituye en un estado temporal de trastorno, desorganización y de necesidad de ayuda, caracterizado principalmente por la desestabilización psicológica del individuo y que aparece cuando una persona enfrenta un obstáculo a sus objetivos o expectativas.

¿Qué son los Primeros Auxilios Psicológicos?

Proceso de intervención de primera instancia, inmediato y de corta duración dirigido a cualquier persona impactada por un incidente crítico o evento peligroso, que consiste en brindar ayuda para restablecer el equilibrio emocional y desarrollar estrategias de afrontamiento sanas y asertivas que posibiliten la búsqueda de soluciones a los problemas que se experimentan.

HABILIDADES PARA LA ESCUCHA ACTIVA

- Mostrar empatía
- Parafrasear (según veo, lo que pasaba allí era, ah entiendo que…)
- Emitir palabras de refuerzo o cumplidos

REALIZAR CONTACTO PSICOLÓGICO

Invitar a la persona a hablar, escuchar los hechos y los sentimientos, utilizar declaraciones empáticas, comunicar aceptación, mantener contacto visual y físico.
(pedir permiso antes para hacerlo).

QUÉ HACER EN PAP

Desarrollar el sentido de escucha-responsable.
Escuchar atentamente, sintetizando brevemente los sentimientos del afectado.
Procure hacer sentir a los afectados su comprensión por lo que está pasando, esto es la empatía.
Ser cortés, honesto y transparente; ganarse la confianza y cooperación del afectado.
Ser realista y objetivo. Evitar revictimización.

Asistentes: Adultos mayores institucionalizados.

Elaborado y Ejecutado por:



Angela Maria Betancurt Ramirez
Psicologa Clinica
TEL: 3104861706

REGISTRO FOTOGRAFICO













HOGAR GERIATRICO Y DEL ADULTO MAYOR JUAN PABLO II DE PEREIRA
CONTRATO INTERNO

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

HOGAR GERIÁTRICO Y DEL ADULTO MAYOR Juan Pablo II

NIT 900.984.925-4

AREA: PSICOLOGIA	**PROFESIONAL:** **ANGELA MARIA BETANCURT RAMIREZ**	**PERIODO:** **Junio 9 de al 10 de Julio del 2023**	**NUMERO DE SESIONES AL MES** 8 **SESIONESPOR SEMANA:** 2

DURANTE EL PRESENTE PERIODO SE REALIZARON:

- Intervención individual, grupal y familiar con los adultos y familiar con las personas mayores institucionalizadas y sus familias que requirieron el apoyo psicológico, con el fin de fortalecer, cultivar y mantener las relaciones familiares, sociales pero sobre todo tener una mejor aceptación sobre si mismos y afrontar su proceso de envejecimiento.

FECHA	OBJETIVOS
Junio 14 de 2023	• **Intervención Individual:** Se está trabajando con cada uno de los adultos mayores estimulación cognitiva, para evitar deterioro cognitivo a través de ejercicios como: sopa de letras, Juegos de mesa, pintura.
Junio 22 de 2023	• Implementar ejercicios de estimulación cognitiva que permiten trabajar las distintas capacidades cognitivas y funciones ejecutivas ya sea de manera global o ejercitando una capacidad en concreto. Sin embargo, usualmente, un mismo ejercicio entrena más de una capacidad cognitiva y una misma capacidad puede ser trabajada por diferentes ejercicios**.** Atención Percepción, Memoria, Lenguaje, Velocidad de procesamiento, Orientación, Razonamiento, Praxias, Gnosias, Control cognitivo, Calculo.
Junio 23 de 2023	• **Intervención Individual**: Evaluación con cada uno de los adultos mayores en el abordaje de las diferentes patologías.
Junio 27 de 2023	• Desde la Salud Mental procuramos trabajar en el bienestar emocional de nuestros adultos mayores, desde la terapia cognitiva conductual, en diferentes técnicas que nos permitan evaluar y prevenir la existencia de diferentes patologías. El reconocimiento y tratamiento oportunos de los trastornos mentales, neurológicos y por abuso de sustancias psicotrópicas en los adultos mayores revisten una importancia decisiva. Terapia Reminiscencia.
Junio 29 de 2023	• **Intervención individual**: análisis del Test de evaluación cognitiva de Montreal (MoCA) Socialización y recomendaciones con los adultos mayores con los que se les fue aplicado dicho test.

HOGAR GERIATRICO Y DEL ADULTO MAYOR JUAN PABLO II DE PEREIRA
CONTRATO INTERNO

INFORME DE ACTIVIDADES PROFESIONALES

NIT 900.984.925-4

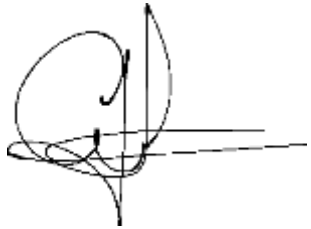
Julio 4 de 2023	• Charla grupal sobre el manejo de las emociones ya que Los adultos mayores experimentan una serie de sentimientos y emociones como **la angustia, la tristeza, el miedo, el estrés, la impotencia, la desesperanza y el aislamiento**, los cuales dan cuenta de una nueva perspectiva que lleva a entender aún más cómo la experiencia del dolor crónico impacta en todas las dimensiones ...
Julio 7 de 2023	• Dinámica sobre Resolución de conflictos: Se hará un Juego de roles tiene como objetivo el representar una situación, real o hipotética, a la vez que se desarrolla la empatía. La idea es que las personas voluntarias tendrán que cambiar de rol, pero antes se les darán unos minutos para que conozcan a la persona que van a interpretar y ponerse en su papel. se procede a debatir entre quienes han cambiado de rol y quienes no, para llegar a un acuerdo en común.
Julio 10 de 2023	• Intervención Grupal: Charla sobre primeros auxilios psicológicos: Con el objetivo que el adulto mayor pueda, aliviar el dolor inmediato y el sufrimiento de la persona. Ayudar a comenzar el proceso de recuperación. Reducir el impacto negativo del evento traumático en la vida del afectado. Proporcionar herramientas para afrontar el evento y sus consecuencias Observar y mantenerse alerta, Establecer vínculos. Ayudar a las personas a sentirse cómodas y a gusto. Actuar con gentileza, calma y solidaridad. Ayudar con las necesidades básicas. Escuchar. Tranquilizar de forma realista.

Elaborado Y Ejecutado Por:



ANGELA MARIA BETANCURT RAMIREZ
AREA: PSICOLOGIA
TARJETA PROFESINAL :177613

V°B° Representante Legal



CARLOS ALBERTO PARRA
HOGAR GERIATRICO Y DEL ADULTO MAYOR
JUAN PABLO II DE PEREIRA