ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia COMUNIDAD DE CUIDADO 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado la Mesa

1.2 Localidad: N/A

2. Linea: MOVILIZANDO CAPACIDADES

2.1. Fecha de Ejecución:

16	9	2024	al	23	9	2024

2.2. Nombre del encuentro:**Acti 1:**No formales(Ritual de belleza - Mimos para el alama) **Acti 2:** Estimulando mis sentidos (viaje sensorial- melodias del alma),**Acti 3**: TICS (conectate al futuro- viaje sensorial)

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Gabriela Fernanda Hidalgo Perez

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Actividas 1,2,3 : Mantener dispositivos básicos de aprendizaje (atencion, concentracion y memoria) de las personas mayores de la Comunidad de cuidado La Mesa teniendo en cuenta las capacidades, habilidades cognitivas y adaptativas esto con el fin de propiciar mayor participacion en el desempeño de las actividades ocupacionlaes de la poblacion

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Incluir a las personas mayores en actividades formativas no formales por medio de tutoriales de autocuidado y TICS fomentado así el reconocimiento de personas mayores y que aporten satisfacción y bienestar en cada uno de los participantes
Actividad 2: Estimular las funciones cognitivas basicas de atencion , concentracion y memroria a través de experiencias sensoriales conn el fin de mantener respuestas adaptativas a las tareas propuestas
Actividad 3: Proporcionar conocimientos sobre la importancia de la higiene y las prácticas adecuadas de cuidado personal, con el fin de mantener minima autonomia en las actividades basicas de la vida diaria .

3.3. METODOLOGÍA

Actividad 1.
1. Convocatoria a las personas mayores
2. Bienvenida y ubicación de las personas con mayores
3. Organización de puesto de trabajo
4.Socialización paso a paso de la actividad (Utilización de equipos necesarios para el desarrollo de la actividad (video-vean, computador y bafles, libros, recurso humano). Al terminar la proyección se escucharán comentarios referentes al tema.
Las temáticas a desarrollar en cada espacio de acuerdo al objetivo propuesto son:
5. Desarrollo de la actividad por pasos y seguimiento de profesional a cargo
6. Registro fotográfico
7. Finalización de la actividad

Actividad 2:
1. Convocatoria a las personas mayores
2. Bienvenida y ubicación de las personas con discapacidad
3. Organización de puesto de trabajo
4.Socialización paso a paso de la actividad (Utilización de equipos necesarios para el desarrollo de la actividad (intumentos musicales, salon sensorial, kit multisensorial). Al terminar la proyección se escucharán comentarios referentes al tema.
Las temáticas a desarrollar en cada espacio de acuerdo al objetivo propuesto son:
5. Desarrollo de la actividad por pasos y seguimiento de profesional a cargo
6. Registro fotográfico
7. Finalización de la actividad

Actividad 3:
1. Convocatoria a las personas mayores
2. Bienvenida y ubicación de las personas con mayores
3. Organización de puesto de trabajo
4.Socialización paso a paso de la actividad (Utilización de equipos necesarios para el desarrollo de la actividad (video-vean, computador y bafles, libros, recurso humano). Al terminar la proyección se escucharán comentarios referentes al tema.
Las temáticas a desarrollar en cada espacio de acuerdo al objetivo propuesto son:
5. Desarrollo de la actividad por pasos y seguimiento de profesional a cargo
6. Registro fotográfico
7. Finalización de la actividad

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1:** La actividad está dirigida para 13 personas quienes cuentan con las habilidades básicas para participar de las actividades en mencion, se realizan en un horario 9:45 am 11: 30 am, las actividades se desarrollaron los dias 16Y 23 de septiemmbre, las actividades educativas se realizan fuera de la estructura del sistema formal con el objeto de impartir cierto tipo de aprendizaje a algunos subgrupos de la población, de acuerdo a la funcionalidad de las personas mayores se brindaran tutoriales cortos con temas relacionados con la higiene oral, higiene mayor y autocuidado, los cuales siempre deben estar acompañados por una socialización corta del profesional a cargo con el fin de mantener procesos intencionales y de interés en la población. La actividad está dirigida para 13 personas quienes cuentan con las habilidades básicas para participar de las actividades en menncion, **Actividas 2:** Se realizara convocatoria a las personas mayores , se brindara una corta bienvenida y ubicación Organización de puesto de trabajo, se realizara la socialización paso a paso de la actividad explicando los estímulos a realizar y los segmentos corporales a estimular La actividad está dirigida para 50 personas quienes cuentan 10.30 a 11: 45 am , los dias 9 y 26 de septiembre **Activdiad 3:**Las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC), son el conjunto de recursos, herramientas, equipos, programas informáticos, aplicaciones, redes y medios; que permiten la compilación, procesamiento, almacenamiento, transmisión de información como: voz, datos, texto, video e imágenes, plataformas virtuales para el mantenimiento de dispositivos básicos de aprendizaje. Las personas más activas durante la ejecución de estas actividades fueron: Gerardo Gómez, Luz Dary Torres, Martha Millares, Virginia Gómez, Rosario Godoy, Ana Josefa Castro, sin embargo, a cada persona mayor se le debe realizar constante indicaciones y comandos verbales para iniciar y finalizar la actividad con éxito, las actividades se desarrollaron los 16 y 23 de septiembre en un horario de 2.30pm a 3.30 pm
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Las actividades no formales son aquellas que no están estructuradas ni reguladas por instituciones educativas o formativas tradicionales. **Actividad 1 presentacion personal** En nuestra sesión de terapia ocupacional de hoy, nos enfocaremos en el arreglo y cuidado personal mediante un tutorial y una actividad práctica. Esta actividad está diseñada específicamente para personas mayores con habilidades limitadas, trabajándose de manera individual para asegurar un ritmo cómodo y personalizado. Comenzaremos con un tutorial visual paso a paso que explica actividades básicas de cuidado personal, como lavarse la cara, peinarse y aplicar loción. Después del tutorial, cada participante practicará estas actividades con apoyo y supervisión, utilizando los materiales proporcionados. Esta actividad no solo promueve la autonomía y la confianza en el manejo de su cuidado personal, sino que también mejora la coordinación motora y ofrece una experiencia gratificante y terapéutica adaptada a sus necesidades. **Actividad 1 Cuidado de piel:** El cuidado de la piel es una parte importante del bienestar en la tercera edad, y desde la terapia ocupacional, ayudamos a las personas mayores a integrar esta rutina en su vida diaria. Aplicar cremas hidratantes después del baño y usar protector solar son actividades sencillas pero fundamentales para mantener la piel saludable. Además, es importante utilizar jabones suaves y agua tibia al lavarse para evitar resequedad. Estas tareas no solo promueven el autocuidado, sino que también refuerzan la independencia y la autoestima de los adultos mayores.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividad 2 estimulacion multisensorial- salon sensorial :** realizaremos una actividad de estimulación multisensorial diseñada especialmente para personas mayores. Esta actividad tiene como objetivo mejorar la percepción del gusto, estimular el apetito y proporcionar una experiencia sensorial placentera. Trabajando de manera individual, cada participante recibirá una bandeja con diferentes estimulos de sabores variados, como frutas, quesos, y galletas. Comenzaremos con una breve introducción sobre cada alimento, destacando sus características, describiendo sus impresiones sobre las diferentes experiencias. Esta actividad no solo enriquece la experiencia sensorial, sino que también fomenta la socialización y el placer de comer, mejorando el bienestar general y la calidad de vida
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Actividaad 3 juegos on line secuencias numericas :** nos enfocaremos en una actividad de juegos en línea de secuencias numéricas, diseñada específicamente para personas mayores. Esta actividad tiene como objetivo mejorar la memoria, la concentración y las habilidades cognitivas básicas. Trabajando de manera individual, cada participante accederá a una plataforma en línea con juegos sencillos que consisten en completar secuencias numéricas, como ordenar números del menor al mayor o identificar el número faltante en una serie. Comenzaremos con una breve demostración sobre cómo acceder y utilizar los juegos en línea, asegurándonos de que cada participante se sienta cómodo con la tecnología. Durante la actividad, el terapeuta ofrecerá apoyo continuo para resolver dudas y brindar ayuda cuando sea necesario. Esta actividad no solo estimula las funciones cognitivas, sino que también introduce a los participantes al uso de herramientas digitales, promoviendo la autonomía y la confianza en el manejo de la tecnología. Es importante mencionar que debido a los días festivos del mes de noviembre se hace necesario trabajar 2 sesiones en cada fecha con el fin de completar las sesiones proyectadas para esta actividad. **Actividad 3 juegos de asociacion:** Los juegos en línea de asociación de formas y tamaños son una excelente manera de ejercitar la mente de manera divertida. Estos juegos ayudan a mantener la agudeza mental al pedir que los jugadores reconozcan y relacionen diferentes figuras y tamaños. Para las personas mayores, este tipo de actividad es beneficiosa, ya que mejora la concentración, la memoria y la habilidad para resolver problemas. Además, son fáciles de usar y no requieren experiencia previa en el uso de tecnología, lo que los convierte en una opción accesible para todos
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1**: La actividad está diseñada para un grupo de 13 personas mayores con habilidades básicas para llevar a cabo las actividades mencionadas. Se tomarán en consideración las habilidades individuales, así como los gustos e intereses de cada participante, y se realizarán ajustes razonables en las actividades para asegurar la participación de todos. Entre las actividades planificadas se incluyen juegos de memoria, rompecabezas, búsqueda de parejas, visualización de documentales, y otras actividades similares. **Actividad 2 :** A nivel general se cumple el propósito de la actividad ya que las personas responden de manera adecuada a cada estímulo al que se brinda, las personas requieren de direccionamiento para la ejecución de las actividades propuestas. **Actividad 3:** Cabe mencionar que debido al nivel de funcionalidad los participantes en estas actividades son 13 de los cuales requieren de manera permanente apoyo para iniciar y terminar la actividad, los tiempos de tolerancia en la actividad son moderados. Por nivel de funcionalidad las personas más activas durante la ejecución de estas actividades fueron: Gerardo Gómez, Luz Dary Torres, Martha Millares, Virginia Gómez, Rosario Godoy, Juan Amado, Ana Josefa Castro, Rosa Tulia sin embargo, a cada persona mayor se le debe realizar constante seguimiento para iniciar y finalizar la actividad con éxito.A menudo, las personas mayores pueden experimentar una disminución en su funcionalidad física o cognitiva, lo que puede dificultar la ejecución de ciertas actividades. Sin embargo, es crucial destacar que con el constante apoyo de profesionales encargados de las actividades, se puede lograr el objetivo deseado. según las necesidades individuales de cada participante. Su orientación y aliento permiten que incluso aquellos con limitaciones puedan participar de manera significativa y disfrutar plenamente de las actividades propuestas, promoviendo así un sentido de inclusión, autonomía y bienestar en la comunidad de personas mayores.

3.4.RECURSOS	
Computador bafles salon sensorial, kit sensorial, libros , audicuentos	video bean plataformas digitales wifi

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Las actividades están orientadas a estimular la memoria y la asociación mediante actividades culturales básicas. Se convocaron 13 personas mayores, quienes toleraron bien la duración de la actividad, que no excede los 40 minutos, con breves pausas de descanso. Después de la actividad, se realizó una retroalimentación verbal para compartir lo que más les llamó la atención. La respuesta general sigue siendo moderada, con periodos de atención y concentración bajos, requiriendo constante orientación verbal. No se reportaron novedades adicionales. Se entregaron materiales que variaron según la fecha y la jornada, trabajando con lecturas, proyección de películas, obras de teatro, conciertos, entre otros. Las actividades se realizaron en el horario de 9:45 a.m. a 11:30 a.m. los días 16 y 23 de septiembre.

Actividad 2: Cada sesión comienza con un suave masaje relajante en los miembros superiores, utilizando diferentes texturas como suaves, ásperas y rugosas, para ayudar a las personas a relajarse. A continuación, se da inicio a la actividad programada para la jornada. Las actividades realizadas son de tipo táctil, visual y auditivo, y durante este periodo los participantes muestran comodidad y satisfacción con las tareas propuestas. Las fechas programadas se han cumplido sin dificultades. Las actividades se llevan a cabo en el horario de 10:30 a.m. a 11:45 a.m. los días 19 y 26 de septiembre.

Actividad 3: Las actividades están orientadas a estimular la memoria, la constancia perceptual y la asociación a través de propuestas culturales básicas. Se convocaron 13 personas mayores, quienes toleraron bien la duración de la actividad, que no excede los 45 minutos, con pausas cortas para retomar las tareas propuestas. Las actividades se realizan bajo constante supervisión y seguimiento, garantizando que se completen con éxito. Los participantes se mantienen atentos siempre que se les brinde orientación continua sobre el tema. Las sesiones se llevan a cabo en el horario de 9:45 a.m. a 11:30 a.m., y se desarrollaron los días 16 y 23 de septiembre.

Fecha de evaluación del encuentro: 26/09//2024

Nombre del profesional que evalúa Gabriela Hidalgo Perez - Terapeuta Ocupacional

Cordinadora: Maria Del Pilar Garcia

Personas mayores:

James Diaz Aldana: ---------- cc1414566

Maria del Rosario Godoy : ---------- cc-53905979

Juan Amado:---------- cc 17112011

MOVILIZANDO CAPACIDADES

Actividad 1- No formales





ACTIVIDAD 3







ACTIVIDAD 3 TICS



