NOMBRE DEL PROGRAMA	N° DE CONTRATO	PERÍODO DE INFORME
CENTRO VIDA HUELLAS DORADAS, MACANAL BOYACÁ	035 DE 2024	26 DE SEPTIEMBRE AL 18 DE OCTUBRE DE 2024
REPORTE DE SERVICIO	PSICOLOGÍA	
RESPONSABLE	MAYERLY ALEXANDRA LESMES SARMIENTO	

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS

ACTIVIDAD	OBJETIVO
Brindar a los adultos mayores beneficiarios del programa atención psicosocial mediante actividades grupales, atención personalizada y/o asistencia domiciliaria, según sea la necesidad de cada uno a través del taller educativo sobre musicoterapia.	Fomentar la cohesión grupal, el sentido de pertenencia y la reflexión sobre las experiencias compartidas, el autoconocimiento y la empatía por las experiencias del otro a través de la música permitiendo evocar recuerdos y estimular las áreas del cerebro relacionadas con la memoria y las emociones. En el encuentro grupal realizado en cada una de las veredas, se da a los participantes una serie de pasos de baile con movimientos de fácil recordación y divertidos que se practican en conjunto con una pista musical acorde con el momento y espacio. Mejorar el estado de ánimo de la persona mayor al asociar la música con momentos positivos de su vida Ofrecer al usuario un recordatorio emocional y artístico que le permita al usuario disfrutar más allá del taller Estimular las funciones cognitivas, como la memoria, atención y razonamiento, mantener la mente activa y retrasar el deterioro cognitivo asociado con el envejecimiento
Servicio de Orientación Psicosocial prevenible a toda la población objeto, la cual persigue mitigar el efecto de las patologías de comportamiento que surgen en la tercera edad y los efectos a las que ellas conducen	Realizar sesiones grupales de acompañamiento psicológico y talleres mensuales de bienestar emocional con los adultos mayores del programa Centro Vida para fortalecer su salud mental y prevenir el deterioro emocional asociado a la vejez.
Implementar los lineamientos de la Ley 1276 de 2009 que tiene que ver con la atención Psicosocial de los Centro vida	Brindar orientación psicosocial de manera preventiva a la población objeto, la cual busca mitigar el efecto de las patologías del comportamiento que surgen en la tercera edad y los efectos a las que ellas conducen

Desarrollar las directrices para la atención Psicosocial de las personas adultos mayores que pertenecen al Centro Vida del municipio, dadas por la Gobernación de Boyacá y el municipio	Apoyar la logística en la participación de la actividad Abrigo Seguro realizada por la Gobernación de Boyacá para la población adulto mayor del departamento
Determinar el Perfil Psicológico: a cada persona mayor que se encuentre beneficiado con el Centro Vida, con el mismo, se busca indagar sobre los procesos psicológicos básicos y superiores, para determinar las condiciones psicoafectivas y emocionales.	Aplicar evaluación psicológica individualizada a cada adulto mayor del programa Centro Vida para identificar su perfil psicológico y diseñar intervenciones personalizadas según que promuevan su bienestar emocional
Aplicar Valoración Psicológica, Se aplica a aquellas personas mayores que para identificación en el perfil psicológico o para reporte del coordinador del Programa de persona mayor municipal, se considere con alto riesgo psicosocial, con el propósito de realizar un trabajo diferenciado que apunte a la recuperación y/o normalice su condición.	Identificar y evaluar de manera integral el estado emocional, cognitivo y conductual del usuario para desarrollar un plan de intervención personalizado que promueva su bienestar psicológico y su adaptación funcional en la vida cotidiana, bajo un enfoque centrado en el fortalecimiento de sus recursos internos y apoyo espiritual.
Promover la participación en actividades de ejercicios de agudeza mental, para estimular el cerebro y favorecer la creación de conexiones neuronales y evadir la mente de las preocupaciones cotidianas	Realizar actividad de estimulación cognitiva con actividades diseñadas para mejorar la agudeza mental y fomentar la creación de nuevas conexiones neuronales
Realizar actividades Físicas y de interacción social, actividades cognitivas, recreativas y culturales	Realizar sesiones grupales de acompañamiento psicológico y talleres mensuales de bienestar emocional con los adultos mayores del programa Centro Vida para fortalecer su salud mental y prevenir el deterioro emocional asociado a la vejez
Diseñar e implementar grupos de apoyo que favorezcan la calidad de vida del adulto mayor	Realizar actividad grupal orientada a fortalecer la interacción, bienestar emocional, fomentar el sentido de solidaridad mediante redes de apoyo que permitan mejorar su calidad de vida

Desarrollar estrategias de afrontamiento que le permitan al adulto mayor enfrentarse a problemáticas cotidianas	Ejecutar talleres mensuales de habilidades de afrontamiento para los adultos mayores del programa Centro Vida, con el fin de proporcionarles herramientas prácticas para enfrentar el estrés, la soledad, el duelo y los cambios asociados con el envejecimiento
Reconceptualizar el significado de la vejez y el impacto en las diversas áreas de funcionamiento del adulto mayor	Construir una visión que valore el envejecimiento como una fase de crecimiento, sabiduría y posibilidades a través del cambio de percepción que se tiene de la vejez y que se asocia con la perdida de capacidades, aislamiento y declive.
Fomentar el desarrollo de una alta autoestima y auto concepto	Animar e invitar a las personas mayores del programa Centro Vida a reflexionar sobre sus fortalezas, debilidades, intereses y logros mediante ejercicio de introspección
Mantener actualizada la base de datos de las personas vinculadas al programa Centro Vida velando por la veracidad y calidad de la información, solicitada y registrada	Digitalizar el listado de usuarios del Programa Centro Vida
Dar cumplimiento a las Políticas Públicas, Programas y Proyectos tendientes a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores que asisten al Centro	Promover la calidad de vida de las personas mayores beneficiarios del programa Centro Vida, incluyendo áreas como la salud, el bienestar físico y emocional, la participación social y la protección de los derechos en salud integral
Apoyar en el desarrollo de la Política Publica de Vejez para los adultos mayores con el equipo Interdisciplinario para la buena articulación de las Instituciones y el cumplimiento de los objetivos.	Garantizar el bienestar y los derechos de las personas mayores, promoviendo una vejez digna, activa y saludable a través de actividades ejecutadas en el cronograma de trabajo
Prevenir y/o intervenir sobre sintomatología depresiva	Realizar actividad psicoeducativa que promueva el bienestar físico y emocional fomentando el sentido de propósito y meta personales de los beneficiarios del programa Centro Vida. Dar espacios de fortalecimiento espiritual a través de la oración respetando el derecho a la libre expresión y creencias que ayudan a conectarse con su fe y encontrar consuelo en momentos de dificultad

Facilitar estrategias para la solución de problemas en los diferentes contextos en donde se desenvuelve el adulto	Ofrecer estrategias que refuerzan la capacidad de la persona mayor para adaptarse a los cambios y desafíos que surgen en esta etapa de la vida: fortalecimiento de redes de apoyo familiares, roles y adaptación en la familia, integración comunitaria, talleres de habilidades sociales, prevención del aislamiento, educación sobre autocuidado promoción de la actividad física, apoyo emocional y psicológico y orientación sobre el acceso a servicios y beneficios sociales. Además de la participación en el proyecto productivo de elaboración de los bolsos, los espacios de conexión espiritual y terapia basada en el sentido y propósito
Entrenamiento en técnicas para el mejoramiento de la memoria	Desarrollar el juego de memoria: Memorizando objetos Consiste en enseñar a cada participante una serie de objetos de uso común y pedirle que los memorice. Seguidamente se ocultan los objetos y se solicita al usuario mencionar la mayor cantidad de objetos posible Estos juegos son útiles para mantener la mente activa y mejorar la concentración, además de promover la socialización
Desarrollar en los adultos mayores fácil adaptabilidad para los procesos de ciclos de vida.	Fomentar la resiliencia emocional a través de espacios de escucha activa, técnicas de manejo emocional como la relajación, redes de apoyo entre pares dentro del programa, ejercicios mentales, actividad física, entorno amigable y fortalecimiento de la espiritualidad practicando su fe y creando momentos de oración y reflexión para adaptarse a los procesos de ciclos de vida
Realizar las Visitas de Caracterización, y Evaluación en conjunto con actividades de promoción y Prevención en el área Psicología.	Caracterizar a la población adulto mayor, evaluando sus necesidades de salud física, mental y social y al mismo tiempo, llevar a cabo las actividades de promoción de salud y prevención de enfermedades
Recolección de Información de las personas pertenecientes al centro vida que será entregada a la Institución Correspondiente para seguimiento y evaluación.	Indagar sobre las áreas personales, socio familiares y afectivas y de salud física y mental para la identificación de signos de alarma con el fin de re direccionar la atención primaria para acceso a rutas de atención
Brindar acompañamiento al adulto mayor perteneciente al programa Centro Vida.	Realizar jornadas de acompañamiento psicosocial y promoción de hábitos saludables mediante actividades grupales, atención personalizada y/o asistencia domiciliaria según sea la necesidad

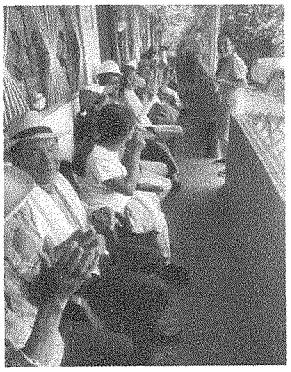
Verificar el cumplimiento y calidad del servicio de cada uno de los profesionales contratados en el desarrollo del Programa Centro Vida	Observación directa de las actividades desarrolladas por cada profesional que mide puntualidad, organización de la sesión atención, manejo y trato ético y respetuoso con los beneficiarios, cumplimiento del cronograma de trabajo Reunión de mensual de retroalimentación y evaluación	
Apoyar en el desarrollo de Actividades Productivas y Trabajo Asociativo de la comunidad Adulto Mayor	Realizar sesión individual que motivan a los participantes a reconocer sus fortalezas, valores y habilidades, lo cual es clave para asumir roles dentro del proyecto productivo y asociativo Brindar apoyo continúo a nivel emocional para reducir el estrés o la ansiedad asociados con nuevos emprendimientos o responsabilidades en el trabajo grupal	
Brindar toda la competitividad que se requiera en el desarrollo del programa Centro Vida	Asegurar que el programa tenga las mejores condiciones y recursos para garantizar la prestación de los servicios a los beneficiarios. Esto implica ofrecer atención integral y de calidad, herramientas, capacitación, estrategias y servicios que permitan que el programa Centro Vida funcione de manera eficiente y efectiva.	
Realizar una valoración integral psicosocial inicial y secuencial de los beneficiarios del programa, el cual quedara consignado en la Hoja de Seguimiento diseñada para efectos de brindar un servicio diferencial a cada adulto mayor.	Evaluar las necesidades emocionales, cognitivas y físicas del usuario mediante entrevista, formatos y observación, creación de carpetas por cada beneficiario para su seguimiento individual	
Realizar seguimiento mensual integral psicosocial de los beneficiarios del programa	Llevar un control sistemático y completo del bienestar emocional y psicológico de los beneficiarios que incluye: evaluación del estado emocional, monitoreo del progreso terapéutico, revisión de intervenciones previas y apoyo emocional continuo	
Acompañamiento psicosocial, manejo del duelo y promoción de hábitos saludables	Brindar acompañamiento psicosocial continuo al usuario, facilitando el proceso de elaboración del duelo y fomentando el desarrollo de hábitos saludables que fortalezcan su bienestar emocional, físico y espiritual mediante la implementación de estrategias terapéuticas y actividades de promoción de autocuidado.	
METODOLOGÍA	Jornadas	Encuentros vivenciales y visitas domiciliarias a los usuarios.

	Usuarios atendidos	270 adultos mayores del área rural y urbana del Municipio de Macanal
MECANISMO DE VERIFICACIÓN	• Registro Fotográfico • Plantilla de asistencia a actividades.	
ENLACE DE EVIDENCIAS EN DRIVE	https://drive.google.com/drive/folders/1IOps6U5C60y91OITM29SFqTB-B9PTmi8	
VEREDA MEDIA ESTANCIA		

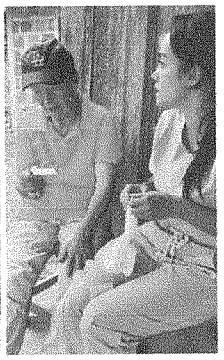
VEREDA MEDIA ESTANCIA



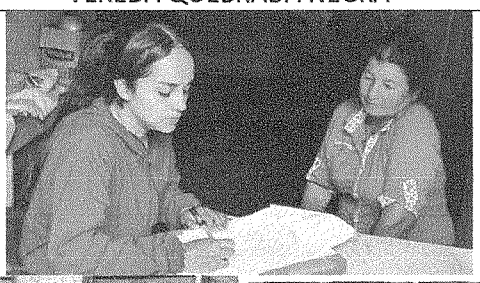






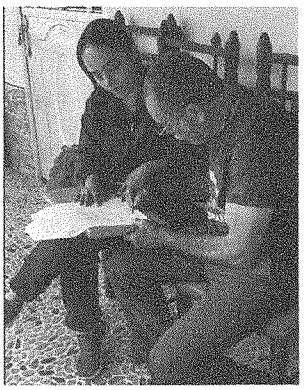


VEREDA QUEBRADA NEGRA



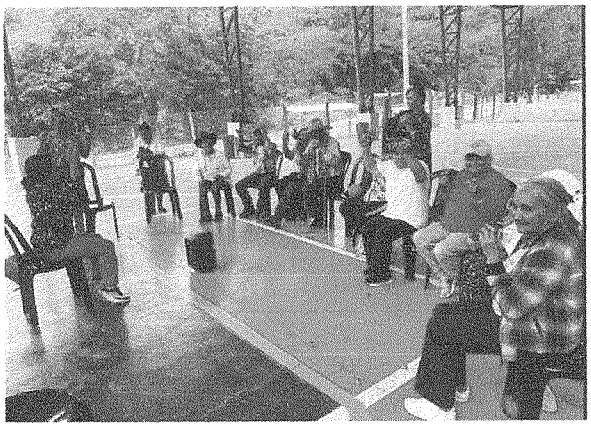








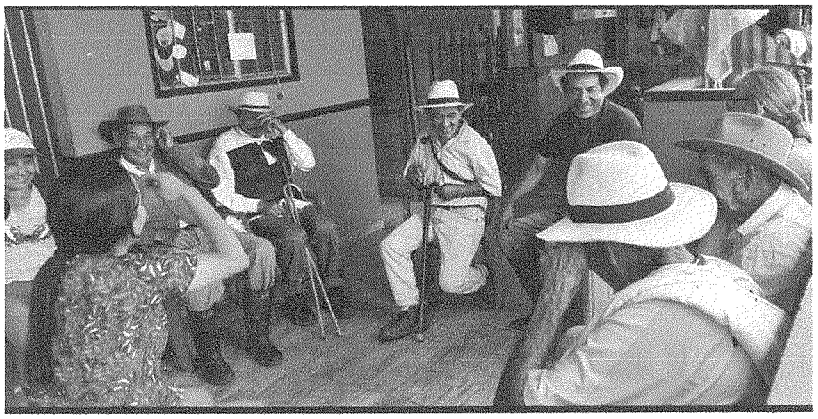
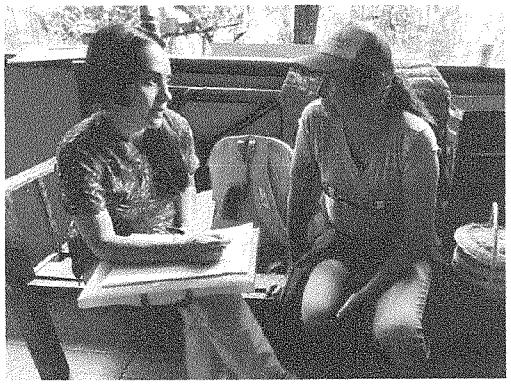
VEREDA LA VEGA





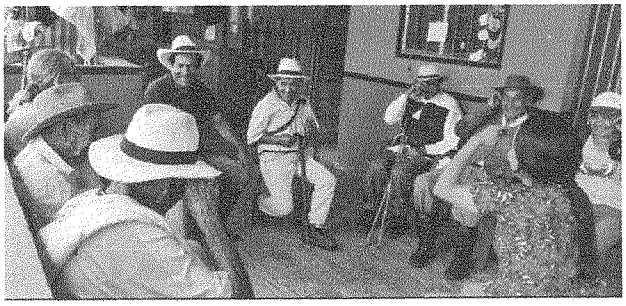



VEREDA GUAVIO





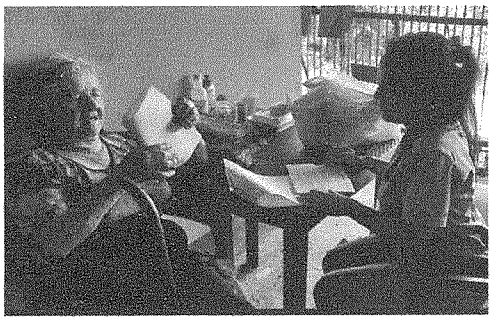


VEREDA LIMON



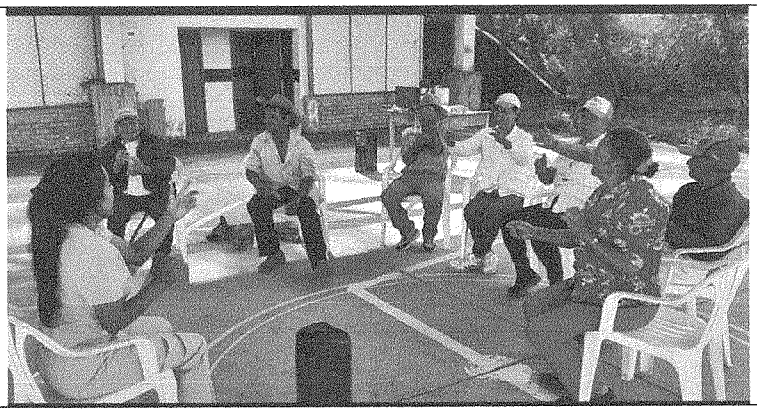


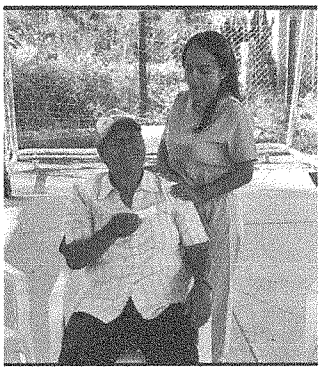
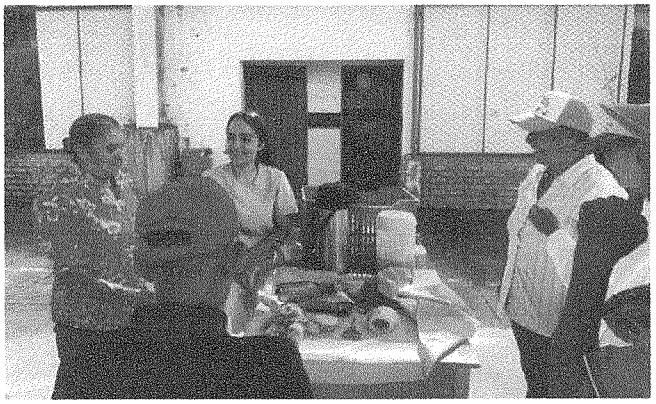




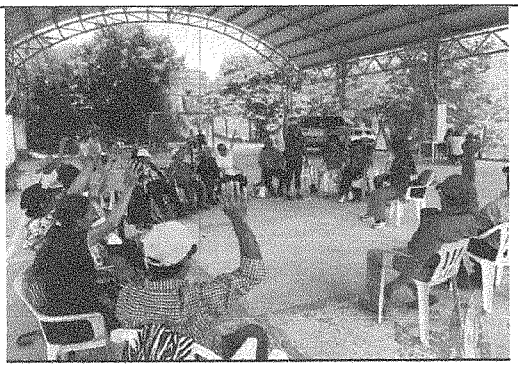


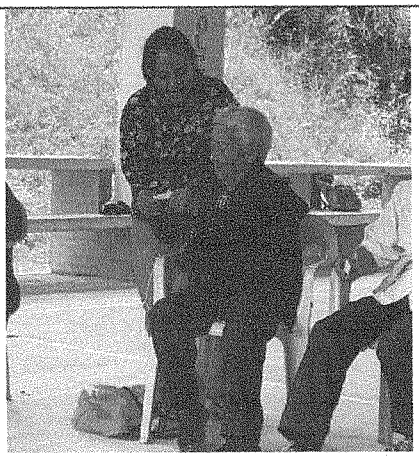
VEREDA NARANJOS



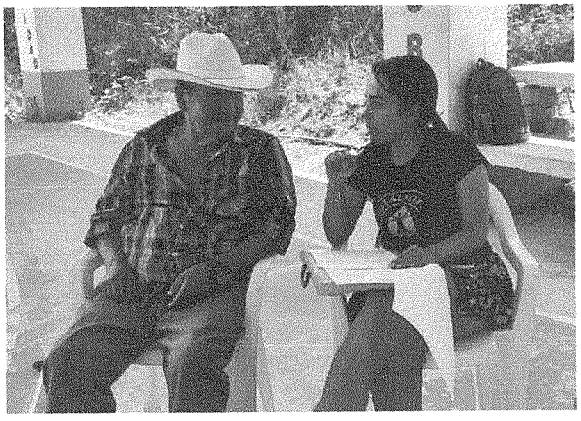

VEREDA EL DATIL











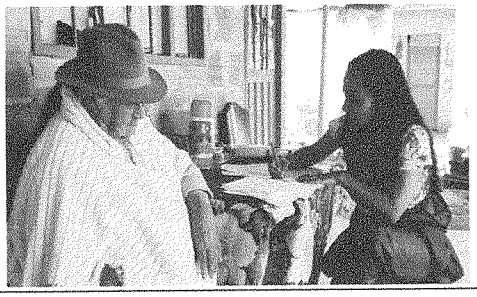
VEREDA PANTANO



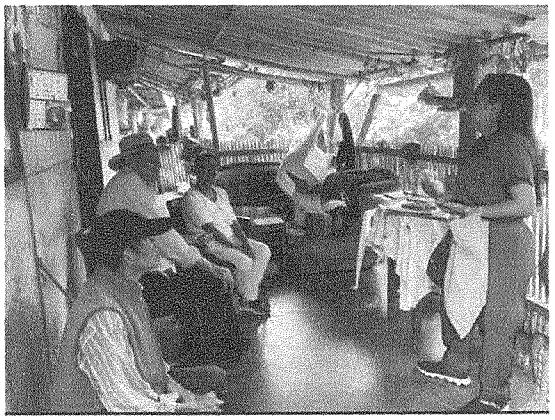


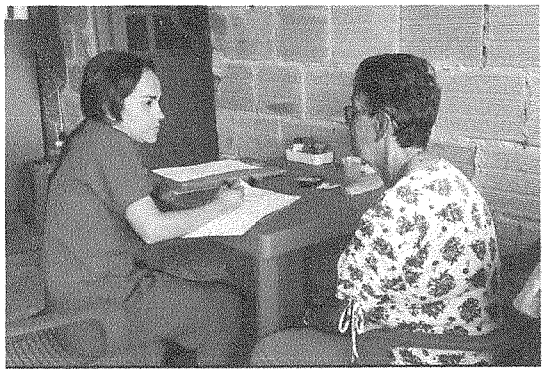


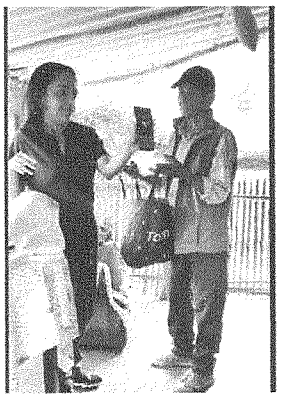


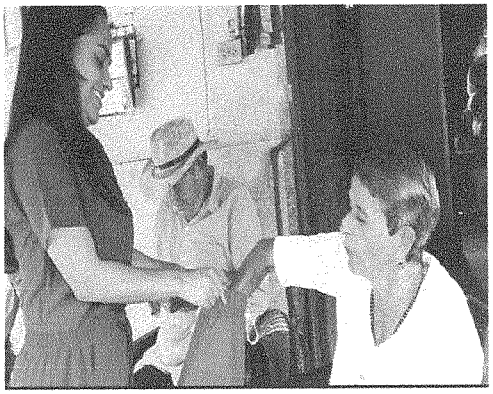


VEREDA VOLADOR





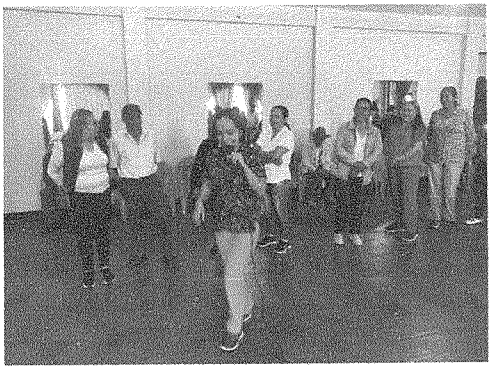


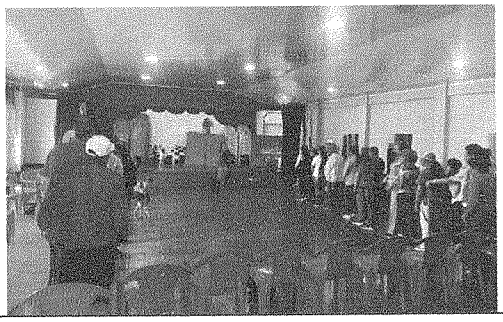




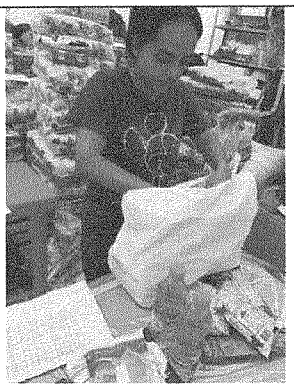
VEREDA CENTRO Y CENTRO URBANO







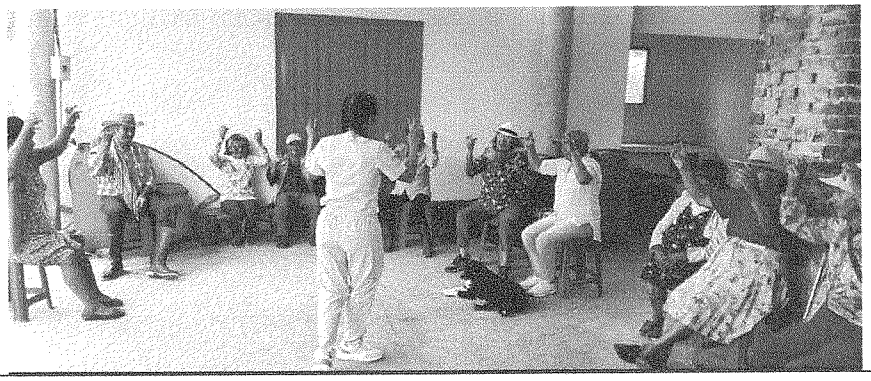


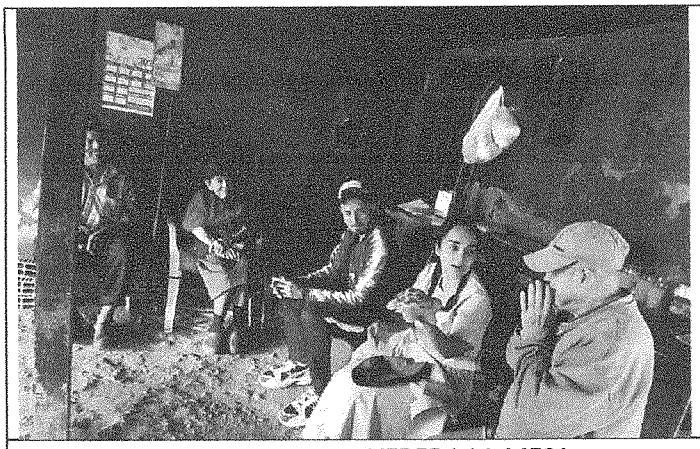


VEREDA TIBACOTA



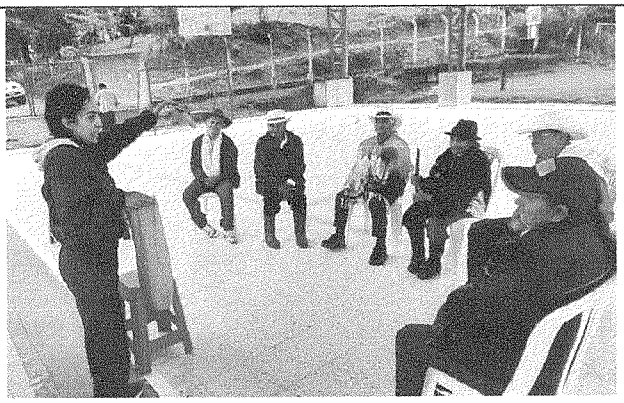


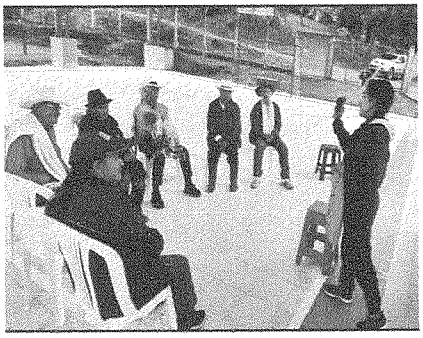




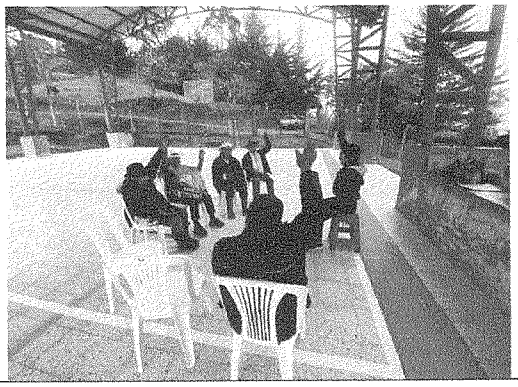


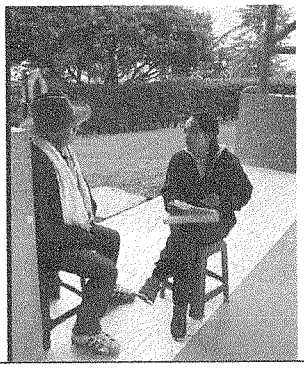
VEREDA LA MESA









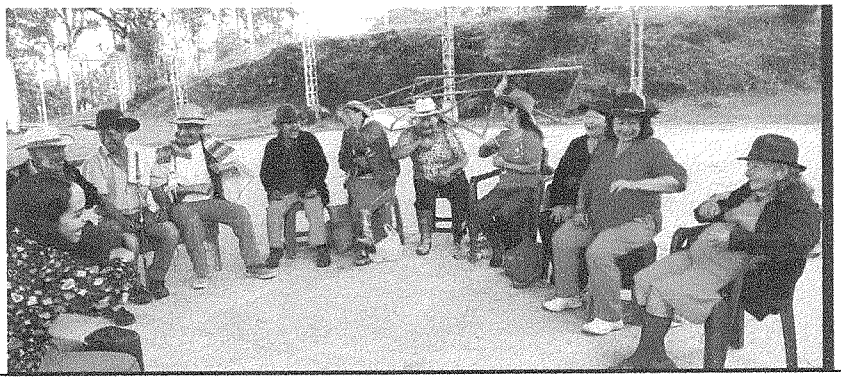


VEREDA PERDIGUIZ





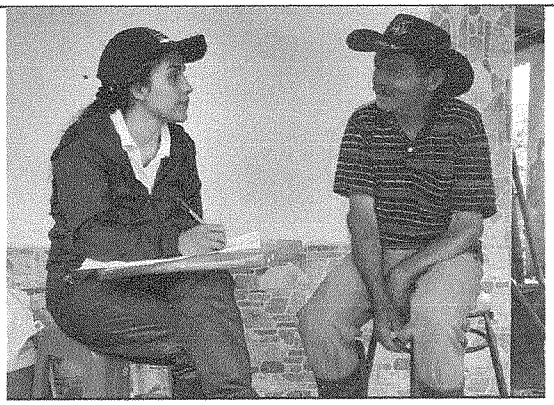




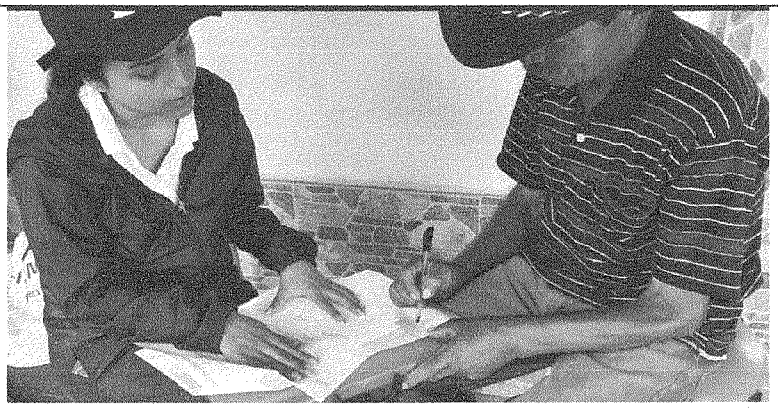


VEREDA AGUA BLANCA CHIQUITA

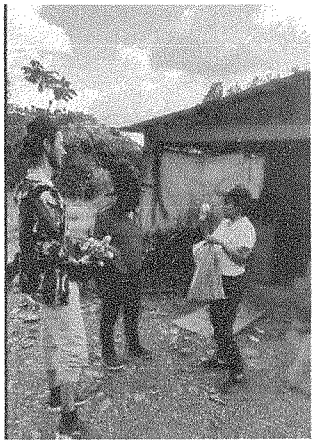








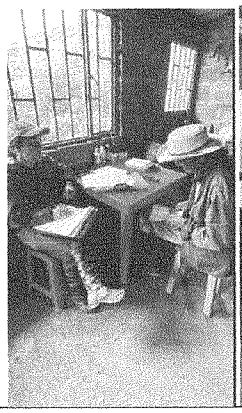
VEREDA PEÑA BLANCA

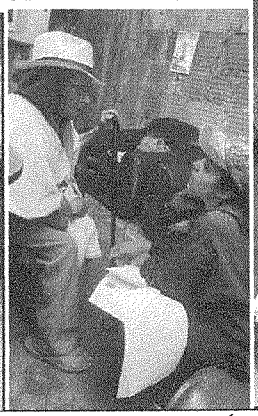




VEREDA SAN PEDRO

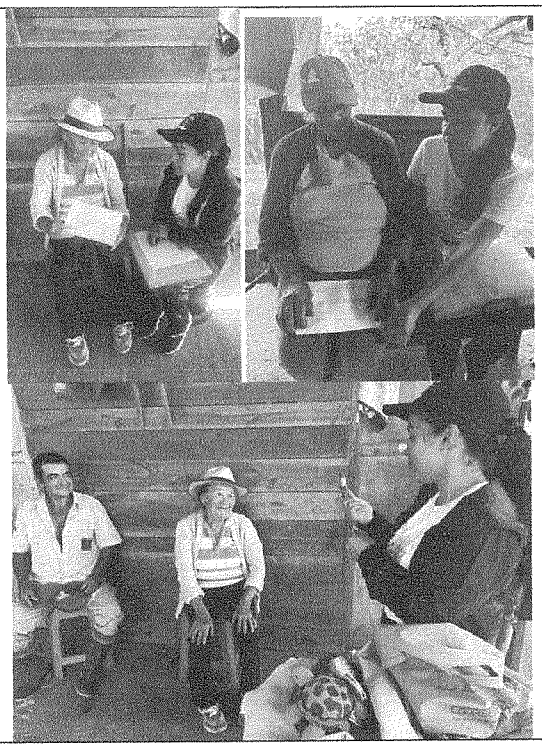






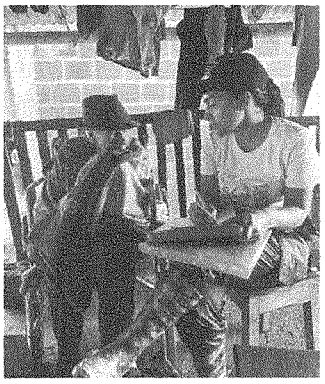


VEREDA SERRANÍA



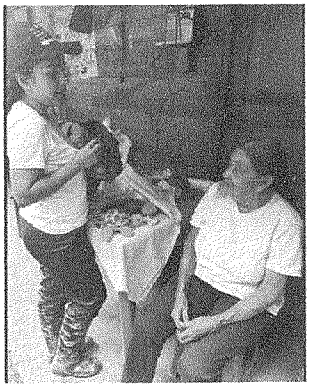
VEREDA MUCEÑITO







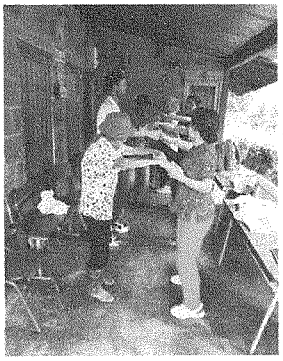




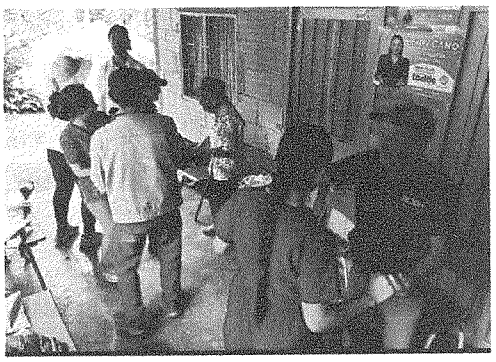
VEREDA VIJAGUAL











REPORTE GENERAL DE CONDICIONES EN SALUD MENTAL
PROGRAMA CENTRO VIDA HUELLAS DORADAS - MACANAL BOYACÁ
BIMESTRE AGOSTO 26/OCTUBRE 18 DE 2024

1. Descripción General del Centro Vida

El Centro Vida brinda servicios de atención integral a personas en situación de vulnerabilidad, con un enfoque en la promoción del bienestar mental, la inclusión social y el fortalecimiento de redes de apoyo. La población atendida incluye adultos mayores y personas con condiciones crónicas o en situación de pobreza extrema.

2. Población Atendida

Total de personas atendidas: 263

Rango de edad predominante: 60 a 99 años

Género: 93 hombres y 170 mujeres

Nivel de alfabetización: Minoritariamente analfabetos

Condiciones de salud mental prevalentes: Síntomas relacionados con depresión, ansiedad, síndrome de soledad y aislamiento social, demencia y otros trastornos neurodegenerativos.

3. Evaluación de la Salud Mental

3.1 Factores de riesgo identificados

Socioeconómicos: Alta tasa de pobreza, desempleo, carencia de actividades productivas que los dignifique y aporte valor para el mejoramiento de su calidad de vida, condiciones de vivienda desfavorables (2 casos), falta de acceso a servicios de salud especializados y falta de acceso a servicios públicos básicos (energía, gas, acueducto).

Sociales: Aislamiento social, falta de redes de apoyo y en algunos casos conflictos familiares.

Salud física: Comorbilidades como enfermedades crónicas, discapacidad física o deterioro de las capacidades físicas y condiciones que limitan la movilidad y problemas relacionados con la higiene del sueño como insomnio, despertares frecuentes durante la noche y sueño fragmentado.

3.2 Principales problemas de salud mental detectados

Deterioro cognitivo: 30% Disminución leve a moderada en las capacidades mentales como la memoria, el razonamiento, la atención y el lenguaje debido a factores relacionados con el envejecimiento

Duelo: 1% de los usuarios ha vivido la perdida de algún ser querido en el último año. El duelo se caracteriza por síntomas intensos y persistentes ante la pérdida que afectan el bienestar físico y emocional del usuario.

Higiene del sueño: 50% Estos problemas pueden tener un impacto importante en el bienestar general y en la salud física y mental especialmente en personas mayores.

Trastorno de estrés postraumático (TEPT): 2% Se ha detectado en personas con antecedentes de violencia o experiencias traumáticas previas.

Esquizofrenia indiferenciada: Un usuario diagnosticado que se encuentra en tratamiento psiquiátrico y controlado con medicamentos. Los síntomas de la esquizofrenia indiferenciada son mixtos o indiferenciados, por lo que no predomina ningún síntoma concreto.

Conflictos en la relación y dinámica familiar: 10% Propios de disminución de la capacidad física y mental de la persona mayor, cuidados y sobrecarga que requiere cuidar a un familiar mayor, cambio en la dinámica de roles familiares, problemas de comunicación, entre otros.

4. Intervenciones Realizadas

Terapias grupales: Se realizaron 42 sesiones en el área rural y urbana, enfocadas en la expresión emocional, el fortalecimiento de habilidades sociales, estrategias de afrontamiento, envejecimiento activo y autocuidado.

Atención individualizada: 100 usuarios han recibido atención psicológica individual para abordar temas específicos.

Talleres de educación en salud mental: 42 talleres sobre abordaje y prevención de enfermedades mentales, la regulación emocional, ejercicios de agudeza mental, actividad física y de interacción social, actividades cognitivas, recreativas y culturales y la importancia de la actividad física.

Herramientas para manejo del duelo: Se han implementado herramientas cognitivo conductuales para ayudar a los usuarios a enfrentar el duelo, gestionar las emociones relacionadas con este proceso y a encontrar apoyo en un entorno seguro y comprensivo.

Estrategias para resolución de conflictos familiares: Seguimiento a 1 caso donde se ha promovido el dialogo, empatía y creación de acuerdos familiares.

5. Resultados y Avances

Incremento en la adherencia a los tratamientos médicos y psicológicos: Mejora en la asistencia a las sesiones y seguimientos.

Mejora en habilidades de comunicación y expresión emocional: Los usuarios han mostrado avances en la identificación y expresión de sus emociones, lo cual ha favorecido la comunicación y la resolución de conflictos en sus entornos familiares.

Reducción de síntomas de aislamiento social: Un 60% de los usuarios reportaron sentirse más conectados con sus pares y menos solos, gracias a la participación en actividades grupales y el fortalecimiento de redes de apoyo.

Aumento en el sentido de pertenencia y autoestima: La mayoría de los usuarios refirieron sentirse más valorados y apreciados dentro de la comunidad del Centro Vida, lo cual ha impactado positivamente en su autoestima y sentido de propósito.

Aumento en la adherencia a tratamientos de salud mental: Mayor constancia y compromiso en la asistencia a las sesiones de terapia grupal e individual, lo cual ha potenciado los resultados del proceso terapéutico.

Incremento en la participación de actividades recreativas y culturales: La organización de actividades como juegos, celebraciones y excursiones ha permitido un ambiente de bienestar, promoviendo la integración y la diversión dentro del Centro.

Estos resultados reflejan avances que fortalecen tanto el bienestar individual como la integración comunitaria de los usuarios.

Fortalecimiento en los conocimientos relacionados con salud mental y la forma en que se manifiesta en la vejez

6. Recomendaciones

1. Implementar programas que contribuyan a la disminución de la pobreza y se generen oportunidades laborales o actividades productivas inclusivas que le permitan al usuario tener un envejecimiento activo

2. Fortalecer las redes de apoyo comunitario para reducir el aislamiento social, promoviendo grupos de autoayuda y actividades recreativas.

3. Ampliar los servicios de atención psicológica individualizada para personas con síntomas severos de salud mental.

4. Implementar estrategias educativas accesibles para personas mayores, utilizando material visual y dinámicas grupales.

5. Establecer alianzas con otros servicios de salud para abordar las necesidades médicas y psicológicas de manera integral.

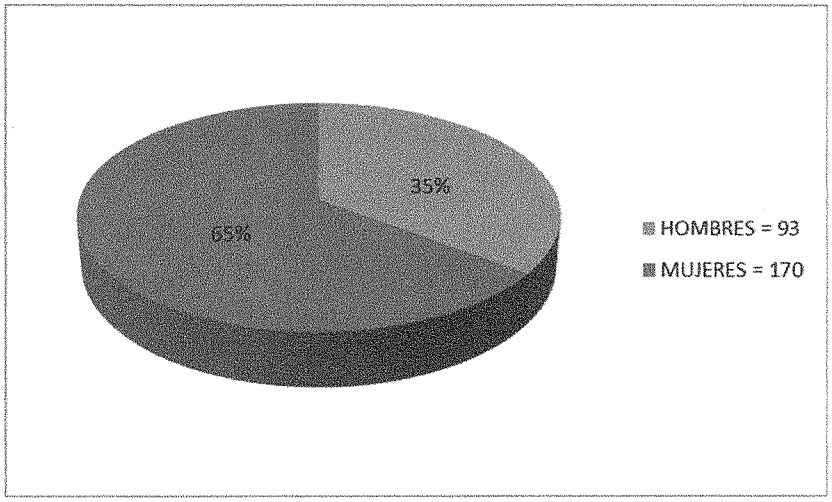
7. Conclusiones

1. El Centro Vida ha logrado avances significativos en la promoción del bienestar mental de la población atendida. Sin embargo, persisten desafíos relacionados con el mejoramiento en su calidad de vida, redes de apoyo y acceso a servicios en salud, nutrición y medicina especializada que requieren la implementación de estrategias permanentes e inclusivas.
2. Fortalecimiento del Bienestar Integral: Las intervenciones realizadas han tenido un impacto positivo en el bienestar emocional y físico de los usuarios. Se ha observado un aumento en el sentido de pertenencia, una mayor estabilidad emocional y una notable reducción en los niveles de los síntomas relacionados con la depresión. Esto resalta la importancia de brindar un acompañamiento integral y constante.
3. Aumento de la Resiliencia Comunitaria: El trabajo grupal ha permitido a los usuarios desarrollar herramientas de afrontamiento. La comunidad se ha fortalecido, mostrando capacidad para sostenerse mutuamente en momentos de dificultad. Este avance es crucial para la sostenibilidad de los cambios a largo plazo.
4. Desafíos en la Inclusión de Población Vulnerable: Si bien se han logrado resultados significativos, persisten desafíos relacionados con la atención a poblaciones con dificultades de acceso a recursos.
5. Importancia de la Continuidad y el Seguimiento: Los resultados obtenidos destacan la necesidad de dar continuidad al trabajo iniciado, ya que los usuarios manifiestan una alta adherencia y beneficio de los programas ofrecidos. El seguimiento continuo será clave para asegurar que los avances se mantengan y que cualquier retroceso sea abordado oportunamente.
6. Relevancia de la Atención Psicosocial Preventiva: La reducción de síntomas y el desarrollo de habilidades de afrontamiento resaltan el impacto positivo de una atención psicosocial preventiva. Promover la salud mental en etapas tempranas y de forma integral previene la agudización de problemas y facilita la rehabilitación en una población con múltiples factores de vulnerabilidad.
7. Creación de un Ambiente de Confianza y Apoyo: El Centro Vida ha logrado convertirse en un espacio de confianza donde los usuarios se sienten seguros para expresar sus emociones y compartir sus experiencias. Esto ha sido fundamental para fortalecer la participación activa y el compromiso con los programas ofrecidos.
8. Incremento en la Autonomía de los Usuarios: Las actividades han promovido la autonomía y la toma de decisiones de los usuarios, quienes ahora son más conscientes de sus emociones y cómo gestionarlas, lo cual es un avance clave para la estabilidad y el empoderamiento individual.

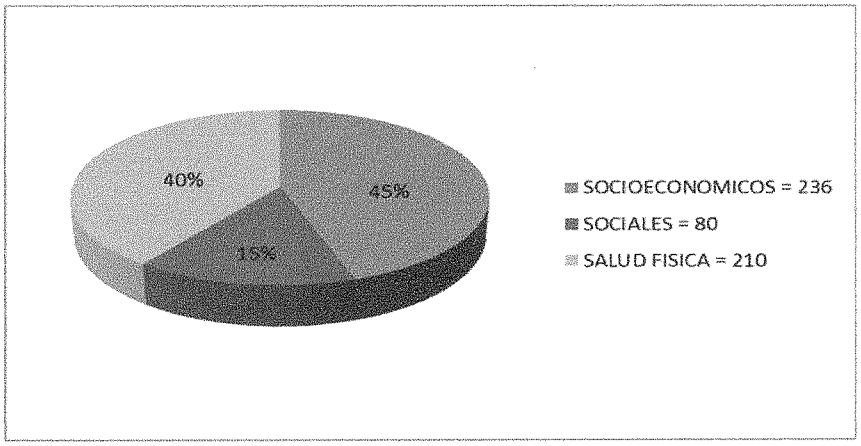
Cada una de estas conclusiones resalta el valor de las intervenciones del Centro Vida y su impacto positivo en la vida de los usuarios, así como la importancia de seguir adaptando y mejorando los servicios para responder mejor a sus necesidades.

GRÁFICOS

1. Total población atendida



2. Evaluación de la salud mental – Factores de Riesgo



3. Principales problemas de salud mental detectados

