| ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL | PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES<br>FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE | Código: FOR-PSS-517<br>Versión: 1<br>Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023<br>Pagina: 1 de 1 |
|---|---|---|

| Fecha de ejecución: | 15 | 10 | 2024 | |
|---|---|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| Unidad Operativa: | Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy | | |
| Componente de Atención: | Estilos de vida saludable | | |
| Línea de Atención: | Transformación de imaginarios | Profesional a cargo: | Julian Salinas-psicólogo |
| Nombre de la actividad: | Trastornos mentales de la edad | | |

## DESARROLLO DEL TEMA

### OBJETIVO GENERAL

Promover la comprensión y sensibilización sobre la importancia de la salud mental en personas mayores del Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy, a través del diálogo socrático, fomentando la reflexión crítica sobre los trastornos mentales asociados a la edad y su impacto en el bienestar emocional y psicológico. para contribuir a la mejora de su calidad de vida y bienestar integral

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar los síntomas asociados a la demencia, la depresión y la ansiedad en las personas mayores del Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy.

2. Reconocer la importancia del acompañamiento psicológico de forma permanente, que permita la detección temprana de trastornos.

3. Fomentar la adopción de nuevos hábitos saludables (alimentación, descanso, lectura y ejercicio) que contribuyan a generar bienestar en las personas mayores.

### METODOLOGÍA

| | |
|---|---|
| MOMENTO INICIAL | La actividad se estructuró en tres momentos metodológicos, con la participación de 16 personas mayores, y estuvo enfocada en la sensibilización sobre los trastornos mentales. A continuación, se detalla el desarrollo de cada uno de los momentos.<br><br>En el primer momento, se llevó a cabo un rompehielo dinámico diseñado para fomentar la integración entre los participantes. La actividad consistió en la presentación personal de cada uno, donde además de decir su nombre, cada persona debía mencionar su alimento favorito. Esta presentación tenía una particularidad: en lugar de presentarse a sí mismos, los participantes debían presentar a sus compañeros, uno a uno, hasta que todos hubieran sido presentados. Este enfoque permitió generar un ambiente de confianza y colaboración desde el inicio, facilitando la comunicación entre los presentes. |
| MOMENTO CENTRAL | Durante el segundo momento, se abordó la temática de los trastornos mentales a través de preguntas orientadoras. Se plantearon cuestiones clave como: ¿Qué son los trastornos mentales?, ¿Cuáles pueden ser las causas de los trastornos?, y ¿Cómo se pueden prevenir los trastornos? Este espacio fue diseñado para que los participantes reflexionaran sobre sus propias ideas y conocimientos previos acerca de la salud mental. Además, la discusión permitió identificar mitos y concepciones erróneas, fomentando una conversación abierta y educativa en torno a estos temas. |
| MOMENTO FINAL | El tercer momento metodológico de la actividad, que consistió en una charla de sensibilización sobre la importancia de la prevención de las enfermedades mentales y el papel del área de psicología, estuvo cuidadosamente estructurado para lograr un impacto profundo y efectivo en los participantes. Este momento fue diseñado bajo principios pedagógicos que buscan no solo la transmisión de información, sino también la promoción de un espacio reflexivo y participativo. |

### RECURSOS

| RECURSO MATERIAL: | RECURSO HUMANO: |
|---|---|
| * Sillas<br>* Mesas | * Profesional en psicología<br>* Personas mayores Centro Cuidado Transitorio Villa Kennedy |

### EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

La evaluación de la actividad revela una participación activa por parte de 14 personas mayores, quienes se involucraron de manera significativa en las dinámicas propuestas. Aunque dos participantes mostraron inicialmente una actitud pasiva durante el desarrollo de la actividad, al finalizar se destacó la calidad de sus aportes, lo que sugiere que, a pesar de su menor interacción inicial, lograron conectarse con el contenido y aportar de manera valiosa. Esta participación muestra que las actividades propuestas logran impactar de diferentes maneras a los asistentes, generando espacios de reflexión y diálogo incluso en aquellos que inicialmente se muestran menos activos.

En términos de impacto general, las acciones implementadas por el área de psicología, centradas en los talleres sobre trastornos de salud mental, han generado avances importantes en la identificación y el reconocimiento de aspectos relacionados con la salud mental entre los participantes. Se ha evidenciado una mayor conciencia en torno a la importancia de cuidar la salud mental, lo que indica que estos talleres están cumpliendo con su objetivo preventivo. La población ha comenzado a adquirir herramientas clave para reconocer los primeros signos de trastornos mentales y para implementar medidas preventivas que promuevan su bienestar emocional.

En función de los resultados observados, desde el área de psicología se plantea la necesidad de seguir desarrollando acciones previas, tanto lúdicas como pedagógicas, que continúen fomentando la participación activa de los mayores. El enfoque propuesto busca fortalecer las relaciones intrapersonales e interpersonales, lo que repercute directamente en el bienestar y la calidad de vida de los participantes. La evaluación sugiere que, al combinar actividades recreativas con contenidos educativos, se logra un mejor involucramiento y una mayor sensibilización sobre la importancia de la salud mental, lo que reafirma la efectividad de la metodología utilizada y justifica su continuidad y expansión.

FUDESOL
Fundación Social Para el Desarrollo Humano
Nit: 900 295 709 -3

| CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024 | | |
|---|---|---|
| **FECHA:** 15-10-2024 | **NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** SINTONIZA TU AUTOESTIMA | **RESPONSABLE:** Julian Salinas |




