



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

Página: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: COMUNIDAD DE CUIDADO

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: COMUNIDAD DE CUIDADO LA
MACARENA

1.2 Localidad: NA

2. Línea: LENGUAJE PARA LA IDENTIDAD

2.1. Fecha de Ejecución:

8	1	2025	al	28	1	2025
---	---	------	----	----	---	------

2.2. Nombre del encuentro:

ACTIVIDAD 1 EJERCICIO TERAPÉUTICO

ACTIVIDAD 2 OLIMPIADAS

ACTIVIDAD 3 ESTIMULACIÓN COGNITIVA

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: DIANA MARCELA SORIANO PINILLA (Fisioterapeuta)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Generar espacios para fortalecimiento de sus vínculos afectivos y sociales, por medio de actividades culturales, artísticas y lúdico-recreativas, estimulación sensorial y cognitiva, bajo un enfoque diferencial y partiendo de los gustos e intereses de las personas mayores, con el fin de conservar habilidades para la vida cotidiana en el ámbito institucional.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Mantener y mejorar la calidad de vida de las personas mayores a través de una combinación de ejercicios en barras paralelas y cicloergómetro, promoviendo la funcionalidad y aumentando la fuerza.

2. Propiciar espacios de encuentro y ejercicio de derechos participativos encaminados al rescate de la memoria colectiva de los juegos populares como: bolirana, cucunubá, golosa, lo que puede ayudar a las personas mayores a sentirse cómodas en su entorno y Comunidad.

3. Estimular y mantener habilidades cognitivas como: velocidad de procesamiento, procesamiento auditivo, procesamiento visual, memoria de trabajo, memoria a largo plazo, lógica, razonamiento y atención.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO
INICIAL

ACTIVIDAD 1 EJERCICIO TERAPÉUTICO

El 8 de enero de 2025 se realiza mesa de trabajo con las personas mayores para organizar el Plan de atención institucional PAI, donde se orientan las actividades de la línea. Es así que para el día 14 de enero se inicia el primer espacio, organizando las máquinas necesarias para ejecutar ejercicio terapéutico, aprovechando los recursos físicos como barras paralelas que permiten un tipo de entrenamiento para trabajar el cuerpo de manera integral.

ACTIVIDAD 2 OLIMPIADAS

Se programa para el 23 de enero, con la participación de las personas mayores se proyecta realizar juegos populares, utilizando recursos como ranas, boliranas, cucunubás, golosa diseñada con aros para recrear juegos populares propios de las personas mayores.

ACTIVIDAD 3 ESTIMULACIÓN COGNITIVA:

Se organiza el salón sensorial para el 28 de enero y en colaboración de las personas mayores un espacio de participación donde puedan reforzar capacidades funcionales como la memoria a corto plazo, promoviendo el compañerismo en la Comunidad de Cuidado La Macarena.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	<p>ACTIVIDAD 1 EJERCICIO TERAPÉUTICO</p> <p>Se realizo actividad fisica mediante circuitos de marcha anterior, lateral y posterior en barras paralelas, seguido de acondicionamiento fisico y cardiopulmonar de bajo nivel de resistencia y tolerancia con cicloergometro.</p> <p>ACTIVIDAD 2 OLIMPIADAS :</p> <p>Se dedicó un espacio dedicado a la práctica de deportes pópulares que forman parte de la cultura tradicional de las personas mayores y de sus costumbres, donde los participantes aportaron según sus saberes como eran los juegos en su época, con el fin de favorecer entornos de compañerismo que faciliten el proceso de adaptación al entorno fisico en el que se encuentran dentro de la Comunidad de Cuidado La Macarena.</p> <p>ACTIVIDAD 3:</p> <p>Se realiza actividad grupal de entrenamiento cognitivo a través de estrategias que tienen como finalidad optimizar la eficacia del funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas mediante actividades entre pares para la resolución de retos.</p>
3.3.3. MOMENTO FINAL	<p>ACTIVIDAD 1 EJERCICIO TERAPÉUTICO</p> <p>Se da cierre a la actividad brindando un espacio a las personas mayores para recuperar condiciones físicas y garantizar una vuelta a la calma., se agradece la motivación y participación activa de las personas mayores.</p> <p>ACTIVIDAD 2 OLIMPIADAS :</p> <p>Se finalizan los juegos populares haciendo un reconocimiento por la participación y voluntad prestada con la actividad, de igual forma se extiende agradecimientos hacia los auxiliares de enfermería.</p> <p>ACTIVIDAD 3 ESTIMULACIÓN COGNITIVA:</p> <p>Finaliza actividad grupal con las personas mayores ubicadas en el salón sensorial, reforzando la importancia en participar y contar con buena actitud y disposición para amenizar un espacio que busca mantener en uso y refuerzo nuestra memoria.</p>

3.4.RECURSOS	
Espacio para los encuentros	Concentrese temática animales
Sillas	Musica, bafle, micrófonos, sonido
Cicloergometro	Barras paralelas.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO	
<p>ACTIVIDAD 1 EJERCICIO TERAPÉUTICO</p> <p>Actividad realizada el día 8 Y 14 de enero de 2025 con la participación de 27 personas mayores quienes tuvieron un espacio para expresar y dar ideas sobre lo que querian trabajar las personas mayores en esta linea, además se brindo espacio para el ejercicio terapéutico favor de su proceso de acondicionamiento físico y potencialización de capacidades residuales en personas mayores con hemiplejia.</p> <p>ACTIVIDAD 2 OLIMPIADAS :</p> <p>La actividad se realizó el 23 de enero, con una asistencia de 27 personas mayores en las Olimpiadas, se logró un espacio deportivo y recreativo tradicional a su época.</p> <p>ACTIVIDAD 3 ESTIMULACIÓN COGNITIVA:</p> <p>Actividad realizada el día 28 de enero de 2025 con la participación de 13 personas mayores que a nivel grupal resolcieron un reto cognitivo y a través de la colaboración y compañerismo evocaron momentos de cordialidad y compañerismo.</p>	
Actividad 1	Actividad 2
Nombre: Clara Ines Berrios	Nombre: Alvaro Vargas Castillo
CC 35374441	CC 79341727
Luz Marina Arias	
Actividad 3	
Nombre: Luz Marina Arias Guerrero	
CC 41518717	
Coordinadora	
Nombre: Ana Paulina Foreiro	
C.C. 39413872	
Fecha de evaluación del encuentro: 30 enero de 2025	
Nombre del profesional que evalúa: Diana Soriano (Fisioterapeuta)	

MESA DE TRABAJO PAI



LENGUAJES

ACTIVIDAD 1: EJERCICIO TERAPÉUTICO



ACTIVIDAD 2: OLIMPIADAS



ACTIVIDAD 3: ESTIMULACIÓN COGNITIVA

