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 Tierra del Sol

1.2 Localidad: Usaquén

2.1 Fecha de Ejecución:

6	6	2023	al	6	6	2023

2. Linea: Movilizando capacidades

2.2 Nombre del encuentro Estimulando mi cuerpo.

2.3 Acompañante social a cargo de la digitación: Oscar Guillen Cardona

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover espacios de participación en donde se permita la generación de procesos enfocados al fortalecimiento de vínculos afectivos y solidaridad intergeneracional, que facilite la inclusión de las personas mayores a las redes familiares, sociales y comunitarias.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Generar espacios con las personas mayores donde estas puedan realizar ejercicios de baja intensidad desde el contacto humano con el personal de la comunidad.
Permitir escenarios que contribuyan al fortalecimiento de habilidades y capacidades de las personas mayores teniendo en cuenta necesidades especificas.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Se genero un ambiente para trabajar con las personas mayores interesadas en la temática llamada estimulando mi cuerpo, donde en primera medida se refuerzan acciones desde las recomendaciones para la mitigación de enfermedades respiratorias (Covid 19), reforzamiento de uso de métodos de barrera según autonomía y determinación tapabocas y lavado de manos antes y después de cada actividad Posteriormente se propone una dinámica orientada a la estimulación sensorial a través de diversos sonidos y movimiento corporales con las personas mayores, ejemplo un sonido de una puerta cerrándose, sonido de un teléfono clásico, sonido de cuando se baja la Cisterna del baño entre otros.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	En la actividad central se trabaja con las personas mayores quienes muestran mas dificultad para su movilidad individual (silla de ruedas) se coloca música clásica en tono suave y se invita a las personas mayores a involucrarse en un ejercicio de autocuidado personal, entregando crema para lubricar el cuerpo y refiriendo a cada persona mayor pasar con la yema de sus dedos por algunas partes de su cuerpo identificando situaciones que le permiten la evocación de recuerdos personales ejemplo: Las personas mayores con crema humectante se acariciarán las manos, las piernas, el cuello de manera circular y a su vez pensar en la utilidad de cada una de las partes de su cuerpo. Al finalizar este ejercicio se solicitara a las personas mayores quienes bajo su criterio puedan expresar pensamientos y emociones sentidas en relación al ejercicio abordado y algunas situaciones especificas de vida.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Para finalizar, se realizara un espacio reflexivo dando a conocer una historia orientada al reconocimiento de las habilidades conservadas en algunas personas mayores que permite invitar a involucrarse en ejercicios donde se mantienen hábitos y rutinas que estimulan el cuerpo y la mente, adicionalmente a esto se utilizaran algunos elementos de estimulación sensorial con la orientación desde el área de fisioterapia.

3.4 RECURSOS

Crema	musica
papel	personas mayores
guantes	Recurso Humano
objetos de fisioterapia	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

La actividad propuesta para la sesión. La cual invito a las personas mayores a ser conscientes de la riqueza fisica con la cual cuentan, así mismo permitió explorar pensamientos y narrativas de vida en relación a las partes de su cuerpo, destacándose especialmente las manos que fueron testigo de muchos aspectos de historia de vida de las personas mayores.
Es importante mencionar que las personas mayores con movilidad reducida se muestran dispuestos, aceptando los ejercicios de estimulación a través del contacto de la piel a piel que ha favorecido acciones de interaccion y comunicacion de las diferentes personas mayores entre funcionalidad alta y funcionalidad baja entablando relaciones de camaraderia y compañerismo entre pares.

Herminia Marroquin cc 20367082 No firma
Victor Romero cc 79319228 No firma
Virginia Figueroa cc 53905859 No firma

Raquel Pinto Sanchez C.C. 52200787

Fecha de evaluación del encuentro: 06/06/2023

Nombre del profesional que evalúa: OSCAR GUILLEN CARDONA

Oscar Guillen C. 1020777764

Powered by CamScanner

ESTIMULANDO MU CUERPO

6 DE JULIO DE 2023





