	PROCESO: PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-XXX
	FORMATO: REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES	Versión:
		Fecha:
		Página: 1 de 1

DOCUMENTO NO CONTROLADO

1. Unidad Operativa: COMUNIDAD DE CUIDADO GRATITUD
2. Componente: ATENCIÓN INTEGRAL
3. Eje de Atención: Cuidado Integral
3.1 Línea de Atención: Cuerpo y mente
4. Nombre de la actividad: Feria de Tiro al Blanco

5. Fecha de ejecución: 13 | 4 | 2022 al 13 | 4 | 2022

6. Profesional a cargo de la actividad: PSICÓLOGO DIEGO ANDRES NOVA DIAZ

7. OBJETIVO GENERAL

Brindar espacios guiados de abordaje académico - científico de patologías neurodegenerativas, de deterioro cognitivo secundario y los métodos de autoevaluación, automonitoreo y prevención frente a éstos.

7.1. OBJETIVOS ESPECIFICOS

1.Promover la capacitación en patologías y fenomenos neuropsicológicos que permiten identificar un trastorno neuropsicológico y la importancia de la conciencia sobre el curso y progresión de los mismos.
2.Fomentar estrategias internas o compensatorias que permitan a las personas mayores funcionar de manera instrumental y modular síntomas ansiosos.
3.Facilitar el acercamiento a procesos de estimulación cognitiva autonoma como metodo principal de autocuidado.

8. PLANEACION

la presente actividad tiene como objetivo la capacitación informal en el uso y manejo de estrategias internas nomoteticas y de compensación como estrategias de respiración y conciencia plena, frente a dificultades cognitivas de tipo atencionales simples y alteraciones afectivas entre otras; facilitando la estimulación cognitiva y el funcionamiento instrumental e incluso avanzado, que garantice su independencia y envejecimiento activo segun lo establecido en la política publica para el envejecimiento y la vejez.

9. DESARROLLO

Durante la segunda sesión del mes de abril, se inicia recordando y reiterando el impacto que tiene la conciencia plena dentro del envejecimiento, dentro de la afectividad y dentro de la aparición de patologías secundarias como TCEs, ACVs asi como primarias de tipo degenerativo que limitan la funcionalidad e independencia, incluyendo la percepción del mundo y la percepción propia frente al proceso de envejecimiento individual. Seguidamente, se realiza la practica guada por una persona mayor, sobre la técnica de respiración 4-7-8 durante 10 minutos, presentando la dinámica de trabajo la cual consiste en promover la conciencia plena durante estados de estrés, distracción y/o saturación de estímulos externos con premios asociados al buen rendimiento.
Para esto se vuelven a utilizar las dos pistolas tipo Nerf a base de aire, así mismo el campo de tiro que incluya multiples blancos u objetivos a una distancia que implique el cambio de posición, el movimiento corporal y el uso de la respiración para regular el pulso y centrar la atención en el comportamiento del corazón y poder socializar el concepto de estimulos interoceptivos; Se procede entonces con la entrega de 6 tiros a cada participante dando suficiente tiempo para que cada participante finalice sus tiros y gane premios asociados a cada objetivo de acuerdo a su dificultad. Finalmente se guía el profesional repite el ejercicio de respiración guiada (4-7-8) para disminuir el ritmo cardiaco durante el disparo, donde se evidencia que las personas logran desarrollar autoinstrucciones para recordar las estrategias, facilitando su uso autonomo.
Al terminar la segunda ronda en la que se introducen distractores, se evidencia una disminución en la respuesta impulsiva de algunos ante la instrucción, sugiriendo mejores procesos de inhibición

10. EVALUACIÓN

Se brinda un espacio de valoración para la actividad, donde se identifica que los participantes logran tener claridad sobre el desescalamiento de estimulos a través de la tecnica de respiración usada, lo que facilita su continuidad en el aprendizaje del mindfullness y su ejecución pasiva durante tareas de vigilancia o atención selectiva.

11. RECURSOS

1.Un televisor
2.Un computador
3.Un videoBIN

12. EVIDENCIAS

SE ANEXA REGISTRO FOTOGRÁFICO.

DIEGO ANDRES NOVA DIAZ
13. Nombre y firma del profesional que diligencia el formato

DISNEYLA DIAZ CADENA
14. Nombre y firma del Coordinador

15. Nombre y firma personas mayores

Scanned with CamScanner

FECHA: 13 DE ABRIL DE 2022	NOMBRE DEL ENCUENTRO: “FERIA DE TIRO AL BLANCO”	RESPONSABLE: DIEGO NOVA





