Lugar	Centro de Cuidado transitorio Cundinamarca
Fecha	21/03/2026 10:30 am
Tema	Encuentro de familia
Desarrollo	**1.** Se realiza encuentro de familia que tuvo como objetivo Fortalecer los vínculos afectivos y la comunicación funcional entre las personas mayores y sus redes familiares, mediante el uso de la lúdica, el baile y el canto como herramientas de esparcimiento que permitan resignificar el rol del mayor dentro del sistema familiar y promover el bienestar emocional colectivo. El psicólogo y la auxiliar de enfermería Andrea Bejarano explican que el espacio no es solo para "acompañar" al adulto mayor, sino para **co-crear** un momento de alegría. • **Dinámica:** Se inicia con un breve juego de "calentamiento emocional" donde cada familia debe crear un sonido rítmico solo con sus manos o pies que los represente. Esto rompe el hielo y establece una conexión corporal inmediata. **2. Momento Central: "El Baile de las Generaciones y el Karaoke del Recuerdo"** Esta fase utiliza la música como un conector intergeneracional para derribar barreras de comunicación. • **El Baile Progresivo:** Se invita a las parejas (mayor y familiar) a bailar géneros que han marcado la historia de la familia (pasillos, boleros, música tropical o de antaño). El psicólogo guía la actividad pidiendo que, mientras bailan, se miren a los ojos y reconozcan la presencia del otro. Luego, se intercambian parejas para que los nietos bailen con los abuelos, permitiendo un contacto físico afectuoso (abrazos, toma de manos). • **Canto Compartido (Karaoke de Historia):** Se seleccionan canciones icónicas que las personas mayores conocen bien. El reto es que el familiar más joven ayude al mayor a cantar o siga su ritmo. Cantar juntos activa áreas del cerebro ligadas al placer y reduce los niveles de cortisol (estrés), generando una atmósfera de complicidad y juego. **3. Momento de Reflexión: "La Palabra que Danza" (Momento Final)** Tras la activación física y emocional, el grupo se sienta en círculo para procesar lo vivido desde una perspectiva psicológica. • **Preguntas Orientadoras:** El psicólogo lanza preguntas como: *¿Cuándo fue la última vez que rieron así en casa?*, *¿Qué sintieron al ver a su familiar mayor disfrutar del baile?* o *¿Cómo cambia nuestra percepción del otro cuando jugamos juntos?*. • **El Mensaje de la Lúdica:** Se concluye enfatizando que el esparcimiento no es "tiempo perdido", sino el "pegamento" que mantiene unida a la familia frente a las crisis. El psicólogo refuerza que jugar y bailar con la persona mayor es una forma de **cuidado emocional** y reconocimiento de su vitalidad.

- **Evaluación de la Actividad**

La jornada de encuentro familiar se evaluó como una experiencia transformadora que permitió romper con la rutina asistencialista y el aislamiento que a veces rodea a la vejez. Los familiares manifestaron una sorpresa positiva al observar la agilidad emocional y física de los adultos mayores durante el baile, lo que facilitó un cambio en la percepción de "fragilidad" hacia una de "vitalidad compartida". Se evidenció una disminución de las tensiones comunicativas previas; el canto actuó como un puente que facilitó expresiones de afecto (besos, palabras de agradecimiento y risas) que no suelen aparecer en la cotidianidad del hogar. La reflexión final permitió a las familias comprometerse a integrar pequeños espacios lúdicos en sus rutinas semanales, reconociendo que el esparcimiento es un derecho fundamental que dignifica la vida del adulto mayor y oxigena los vínculos con sus seres queridos.





Se anexa FOR-GD-023 formato Planilla de asistencia. El registro fotográfico de la actividad se encuentra almacenado en el drive del centro

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Ver formato Planilla de asistencia FOR-GD-023		
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No se establecen compromisos	N.A	N.A
Próxima reunión	No se programa nueva reunión		
Elaboró	Rodrigo Chaparro. Psicólogo Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca.		

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-923
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Encuentro de familia | 2. Lugar o Localidad o Sede: Centro zonal | 3. Fecha y hora: 21/03/2026 10:30 am

4. Nombre responsable: Rodrigo Chamorro | 5. Dependencia responsable: Cundinamarca

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Andrea Bejarano	CC	1014209723	universidad minuto de dios	estudiante	-	Ybejaranoc@uniminuto.edu	3223075630	
2	Martha Manrique	CC	31858380	CC T cundinamarca	Persona mayor				
3	Lilia Agudelo	CC	29372305	CC T cundinamarca	Persona mayor				
4	Rosalia Paz	CC	41483819	CC T cundinamarca	Persona mayor				
5	Flor Reyes	CC	41481431	CC T cundinamarca	Persona mayor				
6	Guillermo Jimenez	CC	19072609	CC T cundinamarca	Persona mayor				
7	Dorian Martinez	CC	7503494	CC T cundinamarca	Persona mayor				
8	Irene Bejarano	CC	30779077	CC T cundinamarca	Persona mayor				
9	Graciela villablanca	CC	23213480	CC T cundinamarca	Persona mayor				
10	Carlos Mora	CC	3345976	CC T cundinamarca	Persona mayor				
11	Bernardo Restrepo	CC	7715176	CC T cundinamarca	Persona mayor				
12	William Gonzalez	CC	1091123.	CC T cundinamarca	Persona mayor				
13	Fredy Afanador	CC	19358521	CC T cundinamarca	Persona mayor				
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social - SDIS es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

Toda actividad realizada en planta externa debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano - Subsistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo