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/Zor: San Jose

1.2 Localidad: N/A

2. Línea: Identidad, afectividad y Sexualidad — 2.1. Fecha de Ejecución: 10 | 9 | 2024 al 24 | 9 | 2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Diccionario de las emociones, 2. Lazos Afectvios, 3 Envejecimiento, genero y sexualidad

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Viviana Diaz (Psicologa)-Pilar Prieto (Gerontologa)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover el reconocimiento y el respeto de las diferentes identidades (cultural, étnica, religiosa o de genero) teniendo en cuenta las orientaciones sexuales y afectivas de las personas mayores.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Reconocer los factores emocionales, cognitivos y comportamentales frente al envejecimiento activo por medio de actividades lúdico pedagógicas que permitan la participación de las personas mayores teniendo en cuenta el enfoque diferencial.

Actividad 2: Reconocer los factores emocionales, cognitivos y comportamentales frente al envejecimiento activo por medio de actividades lúdico pedagógicas que permitan la participación de las personas mayores teniendo en cuenta el enfoque diferencial.

Actividad 3: Fortalecer la autoestima, la resiliencia, el optimismo y la salisfacción con la vida en las personas mayores, por medio de talleres, charlas y actividades lúdico pedagógicas, desde el enfoque diferencial.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1:Actividad "Que son las emociones" que se desarrolló el día 24 de septiembre de 2024, que inicio con la invitación y el traslado de las personas mayores a la zona social de la comunidad de cuidado, en donde se dio inicio con un saludo cordial, la orientación temporo espacial y una corta serie de ejercicios, los cuales se realizaron con el propósito de captar la atención de las personas mayores para la socialización del tema, luego de los ejercicios se realizó una breve introducción en donde se preguntó ¿Qué son las emociones? Y se dio lugar a los participantes para aportar sus respuestas.

Actividad 2: Actividad "El significado del afecto " que se desarrolló el día 19 de septiembre de 2024, que inicio con la invitación y el traslado de las personas mayores a la zona social de la comunidad de cuidado, en donde se dio inicio con un saludo cordial, la orientación temporo espacial y una corta serie de ejercicios, los cuales se realizaron con el propósito de captar la atención de las personas mayores para la socialización del tema, luego de los ejercicios se realizó una breve introducción en donde se preguntó ¿Qué es el afecto? Y se dio lugar a los participantes para aportar sus respuestas.

Actividad 3: Actividad " Envejecimiento ,Genero y Sexualidad" se proyecto para el dia 10 de septiembre y se desarrolo el dia 9 de septiembre esto por actividad de ingreso en la ciudad de Bogota, el dia 10 de septiembre,La cual se denomino "Hablemos con Nosotros Mismos", se da incio desplazando a las personas mayores al salon social, y se realiza la bienvenida y explicacion corta del desarrollo de la misma,se entregan una cartulinas peqwueñas y se da laexplicacion que se debe hacer con ellas seguido a su entrega.- De fonodo en audio se expone el audio."Diferencias entre el sol y la luna".finalizado se realizan preguntas de la letra del audio .

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1:Actividad "Que son las emociones" en la que se profundizo luego de escuchar los aportes de los participantes que le dieron respuesta al interrogante anteriormente planteado, para lo que se utilizó una lectura para respaldar la respuesta, con lo cual se dijo que las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, una persona, un lugar, un suceso o un recuerdo importante:
Es aquello que sentimos, cuando percibimos algo o a alguien.
Son universales y comunes a todas las culturas. Sus manifestaciones también tienen patrones de comportamiento semejantes a todos los individuos.
Se puede decir que las emociones tienen 3 funciones principales:
Función adaptativa: prepara al organismo para la acción siendo esta una de las más importantes. Gracias a esta capacidad podemos actuar eficazmente.
Función social: expresan nuestro estado de ánimo y facilitan la interacción social para que se pueda predecir el comportamiento. Además de la expresión oral, cobra mucha importancia la comunicación no verbal que se refleja, en muchas ocasiones, de manera inconsciente.
Función motivacional: existe una relación entre motivación y emoción, ya que ambas se retroalimentan. Cualquier conducta motivada produce una reacción emocional, a la vez que cualquier emoción impulsa la motivación hacia algo. Por ejemplo, si nos sentimos alegres cuando quedamos con otra persona, estaremos más motivados para volver a quedar con ella.
Identificar nuestras emociones y las de los otros, así como ponerles nombre no es tarea fácil, más aún cuando se manifiestan varias emociones a la vez. A esto lo denominamos conciencia emocional. Tenerla nos permitirá: reconocer nuestros estados de ánimo y reflexionar sobre ellos para tomar mejores decisiones, relacionarnos mejor con los,demás al reconocer también las emociones de los otros, establecer límites para atender nuestras necesidades y bienestar, mejorando así nuestra calidad de vida, conocernos mejor a nosotros mismos y a los demás, la conciencia emocional forma parte de la conocida Inteligencia Emocional (IE). Podemos decir que es el primer paso para poder desarrollarla adecuadamente.
Partiendo de esta lectura, se plantearon algunas preguntas como ¿Cómo se llama la función que revela nuestro estado de ánimo? Uno de los participantes respondió "la función emocional" mostrando de esta manera la atención y la comprensión de la lectura. A partir de la respuesta se dio apertura a la participación de otras personas mayores, que mencionaron la importancia de estar bien con los demás, uno de los participantes dijo "hay algunas personas que a veces están bien y otras están como de mal genio, uno no sabe lo que les pasa y se vuelven antipáticos, por eso es que uno no les habla, mejor ni los saluda"

Actividad 2:Actividad "El significado del afecto" en este momento se realizó una lectura para profundizar en el tema, la cual habla de lo siguiente: El afecto es un sentimiento en el que una persona siente inclinación, cariño y simpatía por otra u otras. A través del afecto, una persona demuestra su amor o cariño a otras personas.
La palabra afecto proviene del latín "affectus" el cual traduce la frase de las pasiones del ánimo. Lo que nos lleva a entender que una persona pueda sentirse identificada plenamente con otra por la que tiene un gran afecto, y demuestra su apego, inclinación o amistad hacia esa persona.
Cuando una persona tiene afecto por otra, acostumbra a tener gestos que expresan cariño, estima, aprecio y cordialidad. Pero adicionalmente, la otra persona también ha demostrado ese sentimiento de forma recíproca. Y es así como nacen sentimientos de amistad, valoración y apego entre estas personas y las relaciones que comparten.
De esta manera, se entiende que el afecto es el resultado de un proceso complejo, en el que interactúan socialmente 2 o más personas. Aunque también se puede tener afecto por una mascota, por ejemplo. Uno expresa su sentimiento de cariño, estima, aprecio o amistad y el otro u otros también demuestran el mismo interés por sus compañeros.
Sin embargo, sentir afecto es diferente a amar a una persona. La primera situación hace referencia a que la persona siente un grado de cariño o amistad por otra. Mientras que la segunda tiene que ver con aquella persona que siente amor y se siente apasionada por otra.
Según el médico Neurólogo, Antonio Damásio, de origen Portugués, las emociones y las reacciones del ser humano tienen que ver con el cuerpo, mientras que los sentimientos como es el caso del afecto tiene que ver o está más asociado con la mente.
Luego de la lectura se preguntó a los participantes que comprendieron de la lectura y se abrió un espacio para escuchar las opiniones y respuestas, en medio de la charla, una de las personas mayores intervino mencionando que quería dar un ejemplo, al abrirle el espacio para escucharla, hizo una confesión expresando abiertamente sus sentimientos por uno de sus compañeros, quien se encontraba presente en la actividad y estaba ubicado frente a ella.
Los demás participantes se emocionaron al escuchar tal confesión de amor y le animaron al señor para que le diera una respuesta, a lo cual la persona mayor respondió que el siente gran afecto por la señora y que está de acuerdo con que es ideal entablar una amistad.
El momento fue emocionante para todos los participantes, pues el acto de valentía de la persona mayor al confesar lo que siento dio pie para que otros participantes hablaran de los acercamientos que han tenido y de las amistades de las que han sido testigos.

Powered by CamScanner

	Actividad 3:En la actividad descrita y denominada "Hablemos con Nosotros Mismos",Seguido se pide pegar en un espejo del tamaño del cuerpo que está en el salón unas cartulinas pequeñas con mensajes escritos de las características que se presentan el cuerpo de cada uno en la actualidad, acá se le pide a cada participante que pase al frente del espejo, lea las cartulinas con los mensajes y escoja uno con el que más se identifique o con el que no esté de acuerdo. Después de que todas hayan pasado por el espejo a coger el mensaje, se les pone música de fondo de relajación y se les pide que piensen en ese mensaje, lo que les transmite. Una vez hayan reflexionado, deben pasar nuevamente al espejo, se deben mirar y hablar en voz alta sobre el mensaje y lo que les transmite, al hablar en voz alta las demás participantes podrán conocer dicho mensaje y sentirse identificadas o no, fue importante que todas compartan el mensaje y su reflexión.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1**:Actividad "que son las emociones" que concluye teniendo en cuenta las intervenciones realizadas una reflexión sobre la importancia de tener una estabilidad emocional, además se les explico que algunas personas se encuentran con alteraciones mentales, sujetas a un tratamiento farmacológico, o diagnosticadas con una patología psiquiátrica, por lo que se evidencia una alteración en la estabilidad emocional. Para finalizar el encuentro se les pregunta a las personas mayores ¿Cómo les pareció el tema de la actividad? Los participantes activos respondieron que les agrado el tema, de esta manera se les agradeció por hacerse presentes en la actividad y se les invito para que en las próximas ocasiones se vinculen en busca de obtener nuevos aprendizajes y de interactuar con los demás.
	Actividad 2: Actividad "el significado del afecto" en el momento final una de las personas mayores menciono la habitación del amor, por lo que se aprovechó para socializar el tema con los presentes, mencionándoles cual es el protocolo de uso de la habitación y recordándoles que para hacer uso de este espacio los 2 deben estar en mutuo acuerdo. De esta manera se concluye y se finaliza con el agradecimiento a los participantes y la invitación para que se involucren de manera activa en las futuras actividades.
	Actividad 3: Posteriormente se hace una intervención por parte de la profesional en Gerontología sobre las principales características que se presentan en la sexualidad de los adultos mayores, mediante una charla. Al terminar esta intervención, se realizará el cierre de la sesión, sacando en conjunto conclusiones de lo presentado en el espacio, también se les agradecerá la asistencia y participación y se organizará el próximo encuentro.

3.4.RECURSOS

Televisor	Gerontologa
Computador	Psicologa
Regaderas	
Rastrillo	
Papel de colores	
Tijeras	
Sillas	
Fichas	
Cinta	
Parlante	
Microfono	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1.En la actividad "Que son las emociones" se logró la participación de 15 personas mayores las cuales reconocieron el significado y los diferentes tipos de emociones que existen, lo cual se evidencio en los aportes de opiniones frente al tema y a la aceptación de la reflexión realizada sobre lo importante que es mantener una estabilidad emocional.

Actividad 2:En la actividad "el significado del afecto" se logró la vinculación de 18 personas mayores, las cuales compartieron sus ideas y opiniones frente al tema abordado, además, establecer un lazo afectivo entre 2 personas mayores, quienes públicamente confesaron una atracción que les motiva a establecer una amistad.

Actividad 3: Reconocer las principales características que se presentan en la sexualidad de las personas mayores y el colectivo en la comunidad,de cuidado tiene relevancia porque aporta a la sana convivencia entre pares de diferente genero, la actividad tuvo asistencia de 12 personas mayores y tres como asistentes espectadores.

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

No firma.

NOMBRE:MARIA HELENA QUINTERO
CC:41439733
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

NOMBRE:LUIS ALBERTO SALAZAR MARIN
CC:1026563510
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

NOMBRE:GLORIA BETTY CORREA
CC:41629662
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 24 de septiembre de 2024

Nombre del profesional que evalúa:Viviana Diaz (Psicologa)-Pilar Prieto (Gerontologa)

Escaneado con CamScanner

COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ
CONVENIO 8136-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO LÍNEA IDENTIDAD, AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD

1. Diccionario de las emociones
25/09/2024 “que son las emociones"



2..Lazos Afectivos
19/09/2024 “el significado del afecto”



5.Envejecimiento, género y sexualidad:

9/9/2024

