ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 2 Fecha: Memo I2026008837 - 20/03/2026 Pagina: 1 de 1

Clasificación: Información Pública Reservada

Servicio:	Cuidado Transitorio Día-Noche	Fecha de ejecución:	5	5	2026

Unidad Operativa:	Centro de Cuidado Transitorio Samper Mendoza		
Componente Atención:	Estilos de Vida Saludables		
Línea Atención:	Transformación de Imaginarios	Profesional a cargo:	Diana Valentina Robles Martínez
Nombre actividad:	Rompiendo Mitos/ Construyendo Nuevas Miradas		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Resignificar imaginarios adversos a la vejez y el envejecimiento en las personas mayores asistentes al centro cuidado transitorio Samper Mendoza

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Identificar mitos y creencias erróneas relacionados con la vejez y la salud mental, promoviendo una visión más positiva y realista del envejecimiento. Incentivar la realización de actividades significativas, alcanzables y acordes con los intereses de las personas mayores para fortalecer hábitos de autocuidado y participación en la vida cotidiana. Promover la clarificación de valores personales como herramienta para fortalecer el sentido de vida y el bienestar emocional en la vejez.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se da inicio a la actividad reuniendo a las personas mayores en el lugar de encuentro, donde se les brinda una bienvenida y se socializan los objetivos propuestos. Posteriormente, se indaga acerca de los mitos relacionados con la vejez que las personas participantes han escuchado en su vida cotidiana. A partir de ello, se genera un espacio de escucha y reflexión que permite verbalizar experiencias y reconocer situaciones que contradicen dichos estereotipos, promoviendo así cambios en las percepciones y actitudes frente al envejecimiento.Seguidamente, se aborda la temática de los mitos asociados a la salud mental, clarificando conceptos erróneos y resaltando la importancia del bienestar emocional y el cuidado de la salud mental en todas las etapas del ciclo vital. De igual forma, se socializan algunas cifras relacionadas con depresión, ansiedad y suicidio en personas mayores, con el fin de sensibilizar sobre la relevancia de esta problemática. A lo largo de la actividad, se propicia un espacio participativo en el que las personas mayores comparten sus opiniones, experiencias y reflexiones frente a los temas abordados, favoreciendo el diálogo y la construcción colectiva de conocimientos.
MOMENTO CENTRAL	A continuación, se expone una presentación en diapositivas en la que inicialmente se indaga acerca de los conocimientos previos de las personas participantes sobre la depresión. Posteriormente, se explica que la depresión es un estado que se presenta durante un periodo de al menos dos semanas, caracterizado por sentimientos persistentes de tristeza y pérdida de interés o placer en actividades que anteriormente resultaban significativas o agradables. Asimismo, se socializan algunos de los síntomas más frecuentes, tales como alteraciones en los patrones de sueño y alimentación, fatiga, aislamiento social, desmotivación y dificultades emocionales. De igual forma, se enfatiza que la depresión puede presentarse en cualquier persona, independientemente de su edad, nivel educativo, condición económica o contexto social, promoviendo así la desestigmatización frente a la salud mental. Seguidamente, se brinda un espacio de diálogo para que las personas mayores compartan experiencias o situaciones de vida en las que hayan identificado algunos de estos síntomas, así como las circunstancias que generaron dichas emociones. Esta actividad permite validar las emociones, fortalecer la escucha activa y propiciar el intercambio de experiencias significativas entre los asistentes. Finalmente, se introduce el concepto de valores, entendido como aquellas cualidades, principios o actividades que otorgan sentido, propósito y dirección a la vida de las personas. Para facilitar su comprensión, se presentan ejemplos relacionados con diferentes áreas valiosas de la vida, como la familia, la salud, las relaciones sociales, el aprendizaje y el bienestar personal.
MOMENTO FINAL	Posteriormente, se resalta la importancia de brindar una nueva mirada a la etapa actual del ciclo vital, a través de la clarificación de valores personales. En este espacio, se explica cómo la realización de actividades valiosas y significativas en la vida cotidiana puede contribuir al mejoramiento del estado de ánimo y al bienestar emocional. Asimismo, se orienta a las personas mayores sobre la importancia de que estas actividades sean observables, medibles y alcanzables, recomendando dividirlas en pequeños pasos que faciliten su realización diaria con pocos minutos de dedicación. Para favorecer la comprensión del tema, se comparten ejemplos de actividades que las personas mayores pueden incorporar en su rutina diaria, tales como lavarse la cara, salir a caminar, realizar ejercicio, organizar espacios personales o participar en actividades recreativas, entre otras.

RECURSOS

Personas mayores - Psicóloga	Imágenes
Computador	Presentación diapositivas

EVALUACIÓN ACTIVIDAD

Durante la actividad participaron 23 personas mayores. Al finalizar la jornada, se evidencia que las personas participantes identifican mitos y estereotipos asociados a la vejez y reflexionan críticamente sobre el impacto que estos pueden generar en la vida cotidiana. Asimismo, reconocen la importancia del bienestar emocional y del cuidado de la salud mental en todas las etapas del ciclo vital. De igual forma, las personas mayores identifican de manera general algunos signos y problemáticas relacionadas con la depresión, la ansiedad y el riesgo suicida en la vejez. Durante el desarrollo de la actividad, se observa una participación activa a través de la expresión de opiniones, experiencias y reflexiones relacionadas con las temáticas abordadas, favoreciendo la escucha grupal y el intercambio de vivencias significativas. Finalmente, las personas participantes logran reconocer actividades significativas y valiosas que pueden incorporar en su rutina diaria para favorecer su estado de ánimo y calidad de vida. Asimismo, comprenden la importancia de establecer actividades concretas, medibles y alcanzables como estrategia para fortalecer hábitos de autocuidado y bienestar emocional. Al cierre de la jornada, las personas mayores agradecen el espacio brindado y manifiestan haberse sentido escuchadas, resaltando la relevancia e importancia de los temas trabajados.

Registro Fotográfico:


5/05/2026, 10:29:46 a.m.
Calle 24, Bogotá


5/05/2026, 10:31:03 a.m.
Calle 24, Bogotá

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO ENTREGA ELEMENTOS Y REGISTRO DE ACTIVIDADES Y NOVEDADES

Código:	FOR-PSS-729
Versión:	1
Fecha:	Memo I2023036946 - 20/03/2023
Página:	1 de 1
Clasificación:	Información Pública Reservada

Nombre del servicio: CUIDADDO TRANSITORIO DIA - NOCHE

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAMPER MENDOZA

Fecha: 05-05-2026

Jornada: Día: X Noche:

Nombre del coordinador: IVON CAMPOS

SECCIÓN 5. REGISTRO DE PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES

Nombre de quien registra el ingreso: Diana Valentina Robles Martinez

INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	ASISTENCIA ACTIVIDADES			
							Nombre del profesional: Valentina Robles	Nombre del profesional: ~~Edu~~ Fisico	Nombre del profesional: Dalia Cajamarca	Nombre del profesional: Dalia Cajamarca
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4
							Transformación Imaginarios	Nuevas practicas Emple.	Movilizando	Movilizando
1	CC	19138104	Carlos Guillermo	Callejas Fuentes			NO	NO	SI	SI
2	CC	20296709	Maria Dolores	Martin Nieva			SI	NO	SI	SI
3	CC	6055263	Jorge Eliecer	Peña Ochoa			NO	NO	NO	NO
4	CC	6138168	Jorge Eliecer	Garcia			SI	NO	SI	SI
5	CC	3051253	Jose Francisco	Acosta Moheda			SI	SI	SI	SI
6	CC	2482877	Alberto	Cifuentes Rodriguez			SI	SI	NO	NO
7	CC	19375447	Jorge Arturo	Velez			SI	SI	SI	SI
8	CC	12956361	Marco Tulio	Barbaro de la cruz			SI	SI	NO	NO
9	CC	17190851	Leo Miguel	Sandoval			SI	SI	SI	SI
10	CC	4215497	Carlos Antonio	Martinez			NO	NO	SI	SI
11	CC	7505471	Reinaldo	Gamboa Goyeneche			SI	NO	SI	SI
12	CC	19178431	Pablo Antonio	Garcia Fonseca			SI	SI	NO	NO
13	CC	19087125	Jesus Narciso	Rodriguez Ramirez			NO	NO	SI	SI
14	CC	19070438	Ernesto	Aponte Neira			SI	SI	NO	NO
15	CE	267320	Shuang Chang	Li			SI	SI	SI	SI
16	CC	41550120	Natalia	Diaz Quintero			NO	NO	NO	NO
17	CC	23213480	Graciela	Villalobos Guerrero			NO	SI	NO	NO
18	CC	7522474	Jose Asdrubal	Montenegro Peña			NO	SI	SI	SI
19	CC	19294091	Orlando	Ascno Toca			SI	SI	SI	SI
20	CC	19273015	Raul	Gorzon Castañeda			SI	SI	SI	SI
21	CC	80360406	Hernando	Esguerra Pachon			NO	NO	NO	NO
22	CC	79353001	Juan Carlos	Pulido Izquierdo			SI	SI	SI	SI
23	CC	334120	Manuel Jose	Cabuya Prieto			NO	NO	NO	NO

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES

FORMATO ENTREGA ELEMENTOS Y REGISTRO DE ACTIVIDADES Y NOVEDADES

Código:	FOR-PSS-729
Versión:	1
Fecha:	Memo I2023036946 - 20/03/2023
Página:	1 de 1
Clasificación:	Información Pública Reservada

Nombre del servicio: CUIDADDO TRANSITORIO DIA - NOCHE

Nombre Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO SAMPER MENDOZA

Fecha: 05-05-2026

Jornada: Dia: X Noche:

Nombre del coordinador: IVON CAMPOS

Nombre de quien registra el ingreso: Diana Valentina Robles Martinez

SECCIÓN 5. REGISTRO DE PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES

ITEM	INGRESO A LA UNIDAD OPERATIVA						ASISTENCIA ACTIVIDADES			
	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	FIRMA	OBSERVACIONES	Nombre del profesional: Valentina Robles	Nombre del profesional: Edu. Fisico	Nombre del profesional: Dalia Cajamarca	Nombre del profesional: Dalia Cajamarca
	TIPO	NÚMERO					ACTIVIDAD 1 – Transformacion de Imaginarios	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3 Muñecando	ACTIVIDAD 4 Muñecando
24	CC	79107475	Fabio Alberto	Rodriguez Reina			NO	SI	NO	NO
25	CC	19383554	Jose Vicente	Montaya Maya			SI	SI	SI	SI
26	CC	19451806	Pedro Nelson	Muñoz Ramirez			NO	SI	NO	NO
27	CC	17038564	Alvaro	Forero			SI	SI	NO	NO
28	CC	41308070	Ana Maria	Zamora Sanchez			SI	NO	NO	NO
29	CC	19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero			SI	SI	SI	SI
30	CC	6469837	Guillermo	Potencia Secunda			NO	SI	NO	NO
31	CC	19335595	Pedro Julio	Cubides Pardo			SI	NO	SI	SI
32	CC	19494431	Jairo Antonio	Herrera Huertano			NO	NO	NO	NO
33	CC	19280303	Jose Jorge	Burgos			SI	NO	SI	SI
34	CC	93118703	Hernando	Gil			NO	SI	NO	NO
35	CC	41402707	Martha Lucia	Machado Ramirez			SI	SI	SI	SI
36	CC	12224788	Galo Alberto	Moncaleano Parra			NO	NO	NO	NO
37	CC	19374921	Ruben Dario	Sandoval Pulido			SI	NO	SI	SI
38	CC	6.861.518.	CARMELO DE JESUS	ANNICCHIARICO			NO	NO	SI	SI
39	CC	41520 263	GLADYS	CARVAJAL PRADA			NO	NO	NO	NO
40	CC	JOSÉ ISRAEL	19273144	AREVALO MARTIN		CC 19273144	SI	NO	NO	NO
41	CC	19365413	German Mauricio	Cantero Cantero			NO	SI	SI	SI
42	CC	13876879	Luis Horacio	Barragan Gamba			NO	NO	SI	SI
43	CC	13244748	Jairo	Marin Aguirre			NO	NO	SI	SI
44	CC	10055330	Ismael	Salazar Barrera			NO	NO	SI	SI
45										
46										