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: SERVICIO INTEGRAL DE BIENESTAR Y CUIDADO PARA LAS PERSONAS MAYORES

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MAR

1.2 Localidad: SUBA

2. Linea: CUERPO Y MENTE

2.1. *Fecha de Ejecución:*

4	1	2023	al	25	1	2023

2.2. Nombre del encuentro: VIAJANDO POR EL MUNDO

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: ADRIANA MARCELA FORERO SANCHEZ

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores la movilidad articular, funcionalidad e independencia; por medio de actividades fisicas y de motricidad que permitan de forma activa y participativa desarrollar sus habilidades dentro del Centro de Comunidad de Cuidado Hogar casa Santa Maria

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Evitar descalcificación ósea por medio de ejercicios de cadenas cinéticas.
- Incrementar la capacidad respiratoria.
- Mantener la movilidad articuala al igual que la funcionalidad e independencia.
- Incrementar la estabilidad en las fases de la marcha.
- Promover la higiene postural y ergonomia.
- Mejorar la flexibilidad y amplitud de arcos articulares.
- Facilitar procesos de equilibrio, coordinación y propiocepción.

Mejorar la fuerza muscular, de modo que aumente la resistencia al esfuerzo.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Se realiza actividad en las Zona previamente seleccionada en donde cada una de las personas realizaran la actividad acorde a las necesidades y patologias de base, generando en ellos acciones de fortalecimiento muscular y permitiendo la actividad según la funcionalidad e independencia estas actividades se desarrollan por medio de ejercicios de cadenas cinéticas abiertas, cerradas, ejercicios por medio de diagonales de Kabath, técnica Bobath, ejercidos resistidos por medio de bandas elásticas con diferente resistencia, mancuernas entre otros

Estas actividades se ejecutaron los dias 4,11, 18, 25 de ENERO de 2023

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

ENERO 4 DE 2023

9:00 - 10:30
Se realiza actividad en la sala blanca, donde se logra evidenciar participación activa y dinámica por parte de la población con actividades enocadas a la estimulación cognitiva, motricidad, razonamiento espacial y coordinación viso manual y viso pédica con apoyo de actividades contemporaneas a su época, donde se les observa alegres y activos a la hora de realizar la actividad. Se evidencia en Humberto Cardona una participación activa a la hora de realizar las actividades.

14:00 - 15:30
La actividad realizada con el grupo 2 logró estimular la memoria tanto a corto como a largo plazo y a su vez permite que la persona mayor se mantenga en constante aprendizaje, lo que favorece su actividad mental junto con la creatividad. La disociación de movimientos y la independencia neuromotora se desarrollan en el espacio multisensorial, lo que demuestra el desarrollo de Silvia Mendoza, Ramiro Calderon en la creatividad rítmica que se puede aplicar como una competencia especial durante la actuación.

ENERO 11 DE 2023

9:00 - 10:30
Se logra observar en Ana Osma un gran compromiso con la actividad en sala blanca, en dónde participa activamente en actividades de juegos mentales, punteria, participación en preguntas de cultura general e interacción con el resto de la población participante, logra realizar actividades de asociación, reconocimiento de figuras, colores y ejercicos de equilibrio. Participa con los demás en la ejecución de actividades por estaciones, pasando por los obstaculos del gimnasi espumado.

11:00 - 12:30
Se evidencia en Jorge Peña , Yolanda Porras, y Gloria Ruiz participación en cada una de las actividades de interacción social, actividades mentales y comportamiento esporádico teniendo en cuenta su aceptable condición motora, además de qué se evidencia el comportamiento autónomo en la mayoria de las actividades y motivando a los demás a participar de la intervención, concluyendo la actividad de manera satisfactoria con movilidad articular.

14:00 - 15:30
Se observa que las personas mayores muestran afinidad a la actividad de motricidad fina y gruesa; se destacan en habilidades de equilibrio y postura. Las personas desarrollan los ejercicios de forma autónoma, se observa en Ramiro Calderón que logra ejecutar completar arcos de movilidad articular en miembros superiores y con algo de dificultad en miembros inferiores por sus antecedentes. se finaliza con la realización de ejercicios de retroalimentación en espejo para una adedcuada ergonomía según indicaciones dadas, se finaliza actividad con estiramientos generalizados.

ENERO 18 DE 2023

9:00 - 10:30
Se logra observar una participación por parte de Daniel Rojas y Libardo Ortegon, donde generaron disposición al momento de realizar los ejercicios propioceptivos y de fortalecmiento de miembros superiores e inferiores a nivel de core en posición sedente y en decubito supino y prono con trabajo de banda elástica y con pelotas medicinales con diferentes pesos. Se finaliza actividad con estimulación multisensorial de texturas.

11:00 - 12:30
Es de resaltar a las personas mayores Maria Gloria Ruiz , Jorge Ricardo Peña y Alvaro Delgado, quienes realizan de manera adedcuda los ejercicios propioceptivos en balón de bobath y ejercicios para fortalecmiento a nivel de core en posición sedente y en decubito supino y prono con trabajo de thera tubing; finalizando con actividades cognitivas y de motricidad fina y gruesa al aire libre. Actividad que se evidencia que favorece los agarres y pinzas en las personas mayores.

14:00 - 15:30
Se realiza actividad con el grupo 2 , se realizó actividad de musicoterapia como ayuda para mantener las habilidades motrices, ya que estas son muy beneficiosas para la inteligibilidad del lenguaje, comunicación y movimiento. Se evidencia durante el desarrollo de la actividad participación y gusto en la orientación, en la realidad, y su capacidad de atención y de concentración. Alvaro Cañon participa activamente, tolera y acepta la actividad en los diferentes puntos de la sala de estimulación. Se finaliza la actividad con estiramientos generalizados. Se resalta el trabajo por parte de Julio Sabalza.

ENERO 25 DE 2023

9:00 - 10:30
Se llevan a cabo actividades para aumentar la coordinación y estabilidad en los diferentes estadios de los patrones fundamentales locomotores y manipulativos. Se realizan ejercicios terapéuticos, se inicia con movimientos asistidos de flexión y de extensión de miembros superiores, se desarrollaron de forma individual, se realizó elongación resistida, se continuo con elevación de miembros superiores por tiempos de 10 a 15 segundos en donde hay resistencia pero no autonomía de ejecución por parte de las personas mayores Humberto Cardona, Dolores Rodriguez y José Serrano.

11:00 - 12:30
Se da nicio con activación muscular por medio de actividades de lanzamiento, de atajar y manipular a mano llena, con enfasis en movilidad de miembros superiores con el fin de mejorar el rango de movimiento de las personas, quienes presentan poca amplitud y movilidad por lo tanto requieren de apoyo físico, se continuo posterior a estos ejercicios con lanzamientos desde distancias de 1 y 2 metros donde se observa poca potencia y se debe bajar la altura del aro para que se logren canastas, hay agarre inadecuado porque no hay apertura de la mano, se finalizó con la ejecución de pases entre los participantes pero hay poca precisión por lo tanto se realiza apoyo físico y verbal de forma individual.

14:00 - 15:30
Se logra aumentar la tolerancia y aceptación de la actividad, se observa en Juana Villazón que realiza la actividad en los timpos estimados, siguiendo los comandos verbales. se logra buena movilidad articular en miembros superiores e inferiores, Leonel Gonzalez realiza la actividad con movilidad articular adecuada en miembros superiores, Jaime Rodriguez realiza la actividad con asistencia y se observa buena movilidad articular en miembros superiores, se observa en toda la población mejora en la movilidad articular.Se evidencia tolerancia y aceptación de la actividad, se observa en Rafael Fernandez que realiza la actividad y se evidencia buena movilidad articular en miembros superiores e inferiores.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Durante las actividades de fortalecimiento muscular se ha venido evidenciando que las personas mayores mejoran el acondicionamiento físico así como el desplazamiento locomotor de forma independiente y mas segura.

3.4.RECURSOS

Sillas
Cabina de sonido
USB con música
Bandas Elásticas
conos
Aros
Lazos
Pictogramas
Balones

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Favorecer en las personas mayores su habilidades cognitivas, motricidad, orientación espacial, y razonamiento; coordinación visomanual, lateralidad, estimulación multisesnsorial e integracion sensorial; desatacando la participación e iniciativa en las actividades de fortalecimiento artromiocinemático.

Alvaro Cañón

Juana Villazon

Julio Sabalza

Fecha de evaluación del encuentro: Estas actividades se ejecutaron los días 4,11, 18, 25 de ENERO de 2023

Nombre del profesional que evalúa: ADRIANA MARCELA FORERO SANCHEZ

Coordinador: JUAN CARLOS RODRIGUEZ

CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Unidad Operativa:	CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA
Componente:	ATENCION INTEGRAL PARA EL DESARROLLO HUMANO
Eje de Atención:	CUIDADO INTEGRAL
Línea de Atención:	CUERPO Y MENTE
Nombre de la actividad:	RECONOCIENDO LA CULTURA LATINOAMERICANA-FISIOTERAPIA

FECHAS

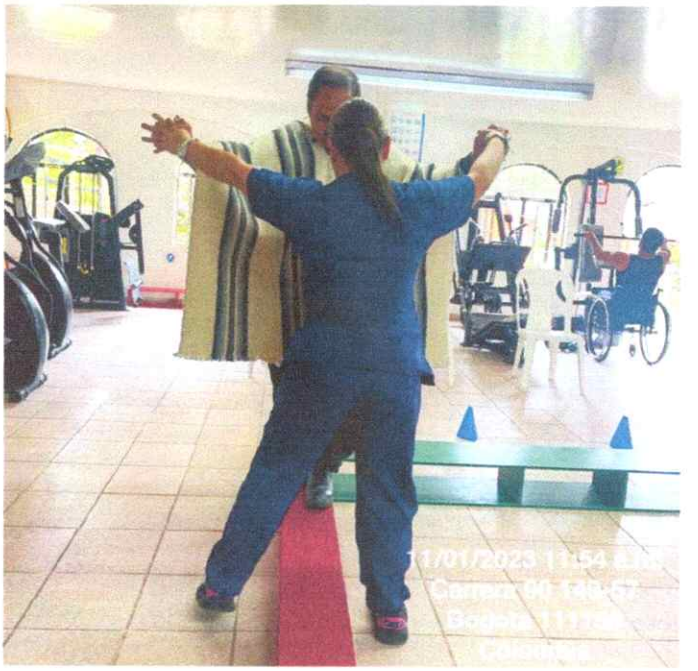
Enero 4 de 2023





Enero 11 de 2023



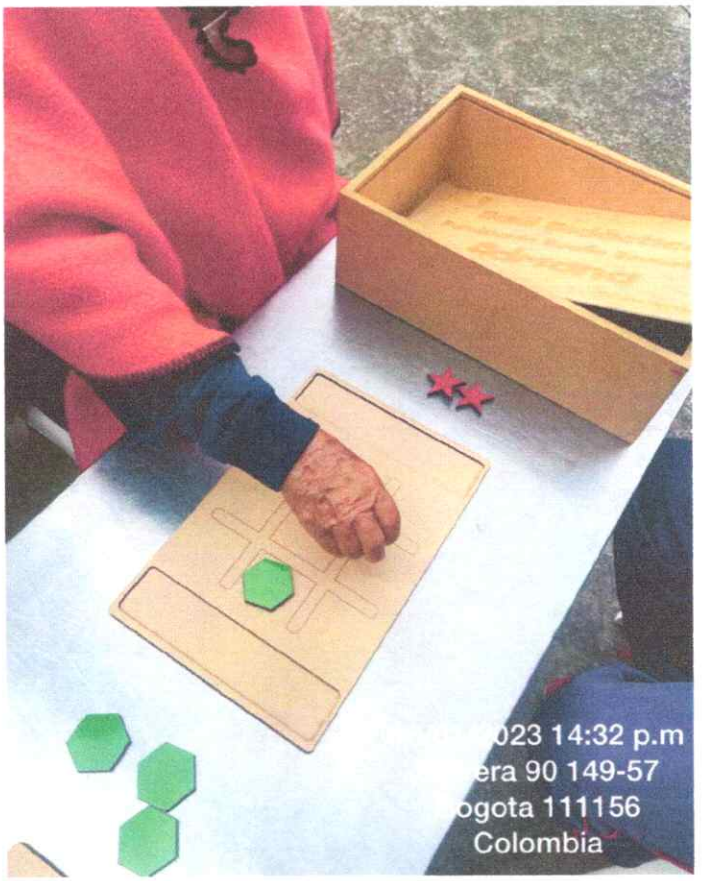




Enero 18 de 2023




18/01/2023 11:56 a.m
Carrera 90 149-57
Bogota 111156
Colombia


023 14:32 p.m
era 90 149-57
ogota 111156
Colombia

Enero 25 de 2023






25/01/2023 14:54 p.m
Carrera 90 149-57
Bogota 11
Colombia