Clasificación: Información pública reservada

1. Servicio Social:	Comunidad de Cuidado	**1.1. Unidad Operativa:**	Comunidad de Cuidado Los Robles
1.2 Localidad:	No aplica	**1.3 Fecha Ejecución:**	3/07/2026 al 29/07/2026
2. Línea:	Identidad, afectividad y sexualidad	**2.1. Componente:**	Atención integral
2.2. Nombre encuentro:	1. Reconocer fortalezas 2. No pensar igual también vale 3. Palabras que nos cuidan 4. Conociendo las emociones 5. Derechos sexuales		
2.3. Nombre persona equipo Interdisciplinario encargado:	José Miguel Acosta Galvis		

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover espacios que fortalezcan la identidad, la afectividad y las conductas responsables en el ámbito de la sexualidad, tenido en cuenta Mi mapa de entornos por las diferentes identidades, orientación sexual y afectiva, derechos sexuales y toma de decisiones, por medio de actividades psicoeducativas y/o lúdicas.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Fortalecer en las personas mayores la afectividad, el valor de la amistad, la orientación sexual y afectiva, el cuidado del otro, promoviendo sus derechos a la intimidad y participación social.
- Identificar en las personas mayores la identidad, el amor propio y la autoimagen, en pro del respeto por las diferentes identidades como cultura, etnia, religión o de género.
- Instruir en las personas mayores sobre el conocimiento de los rasgos y características de personalidad en pro del autoconocimiento y de los demás.
- Orientar hacia un reconocimiento de una sana y plena sexualidad en las personas mayores, mediante actividades dinámicas de derechos sexuales, toma de decisiones, confidencialidad y libertad de elección.

3.3. METODOLOGÍA

1. Reconocer fortalezas

La actividad está enfocada en reconocer fortalezas y debilidades de forma positiva y participativa. La propuesta se basa en el uso de listas de fortalezas y debilidades como recurso para el autoconocimiento, la autoestima y la resignificación de las debilidades como retos, seguida de una dinámica grupal de intercambio de saberes adaptada a formato de taller. Se explica que el propósito es “señalar puntos positivos”, reconocer capacidades personales y aspectos por fortalecer. Empleando una ruleta digital proyectada en el televisor, en la cual se encuentran anotadas acciones específicas como mencionar valores, cualidades, consejos, etc., es manipulada desde un dispositivo móvil para que las personas mayores la activen y dejar que al azar salga una de estas virtudes. En un intercambio de saberes se busca la definición y se complementa la información con las definiciones de la real academia de la lengua. La sesión se desarrolló de la siguiente manera
1.organización del espacio.

2.motivación e invitación a las personas mayores a participar de la actividad.
3.ubicación de las personas mayores en el espacio de la actividad.
4.explicación de la actividad.
5.desarrollo de la actividad.
6.evaluación de la actividad.

2. No pensar igual también vale

Una vez organizado el grupo en el espacio dispuesto para la actividad, se procede a realizar una explicación breve con lenguaje sencillo que la apertura al cambio es la capacidad de aceptar nuevas ideas, rutinas, personas o formas de hacer las cosas, manteniendo la calma y la disposición para aprender. Posteriormente se entregan tarjetas con situaciones, para ser discutidas en las que las personas aporten su punto de vista y se ubican en un espacio donde se anota un “Si” si están de acuerdo como grupo o en un “No” si no están de acuerdo. Se procede con la conversación guiada, en la que adicionalmente se plantean situaciones de la cotidianidad para aclarar los puntos tratados. Se pide que respondan preguntas: ¿Qué sentiríamos ante esta situación? ¿Qué nos costaría aceptar? ¿Qué ventaja podría tener ese cambio? ¿Cómo podríamos adaptarnos mejor? La sesión se desarrolló de la siguiente manera
1.organización del espacio.
2.motivación e invitación a las personas mayores a participar de la actividad.
3.ubicación de las personas mayores en el espacio de la actividad.
4.explicación de la actividad.
5.desarrollo de la actividad.
6.evaluación de la actividad.

3. Palabras que nos cuidan

Se realiza entrega de una tarjeta y un elemento de escritura a cada persona que se vincula a la actividad. Una vez todos tengan el material de trabajo en la mano, se solicita reflexionen acerca de una virtud, cualidad o punto a favor, que quieran escuchar alguien más se los diga para que lo anoten en la tarjeta. Seguidamente se solicita lo coloquen en una caja, para posteriormente, al azar, otra persona saque una tarjeta, lea el escrito. Se indaga sobre aspectos que quisieron expresarse con lo anotado y a partir de allí se pregunta quienes más quieren escuchar lo mismo o algo similar. Se realiza análisis de situaciones, frecuencias y personas con quienes lo compartiría. La sesión se desarrolló de la siguiente manera
1.organización del espacio.
2.motivación e invitación a las personas mayores a participar de la actividad.
3.ubicación de las personas mayores en el espacio de la actividad.
4.explicación de la actividad.
5.desarrollo de la actividad.
6.evaluación de la actividad.

4. Conociendo las emociones

La metodología empleada consiste en presentar tarjetas, en las cuales se encuentra una emoción a cada persona o pareja. Seguidamente se solicita responder las preguntas ¿Cómo se llama esta emoción? ¿Dónde la siento en el cuerpo? ¿Qué pensamiento suele aparecer cuando la siento? Después ese construye un consenso en general para la comprensión de la emoción no solo se “piensa”, también se siente físicamente. Finalmente se solicita plasmen las emociones en una situación de la vida diaria. La sesión se desarrolló de la siguiente manera
1.organización del espacio.
2.motivación e invitación a las personas mayores a participar de la actividad.
3.ubicación de las personas mayores en el espacio de la actividad.
4.explicación de la actividad.
5.desarrollo de la actividad.
6.evaluación de la actividad.

5. Derechos sexuales

Se emplea como metodología la plenaria, siendo una técnica de trabajo grupal que consiste en reunir a un colectivo, tras una fase de trabajo, se promueve la puesta en común, la discusión abierta y la síntesis colectiva. Se utiliza para consolidar el aprendizaje y evaluar los resultados. A partir de una lluvia de ideas guiada, se presenta la frase “Derechos sexuales”, para que los asistentes digan palabras o ideas que se relacionen con el tema. Luego se organizan las respuestas en categorías simples: respeto, información, intimidad, decisión, cuidado, afecto y no discriminación.

La sesión se desarrolló de la siguiente manera

1.organización del espacio.
2.motivación e invitación a las personas mayores a participar de la actividad.
3.ubicación de las personas mayores en el espacio de la actividad.
4.explicación de la actividad.
5.desarrollo de la actividad.
6.evaluación de la actividad.

3.3.1 MOMENTO INICIAL

1. Reconocer fortalezas

Se da la bienvenida a las personas mayores, para posteriormente explicar que el propósito no es “señalar fallas”, sino reconocer capacidades personales y aspectos por fortalecer. A partir de la premisa “Todos tenemos cosas que hacemos bien y cosas que podemos mejorar; hoy las vamos a mirar con respeto”. Esta primera parte ayuda a crear un ambiente seguro para el ejercicio.

2. No pensar igual también vale

Se inicia con el saludo y la bienvenida a las personas participantes, para luego mostrar unas afirmaciones que encajan en situaciones cotidianas para decir, serán leídas por uno de los participantes y posteriormente dará su punto de vista acerca de esta frase, para ser colocada en el lugar del “si” o el “no” según considere si está de acuerdo.

3. Palabras que nos cuidan

Se brinda el cordial saludo a las personas asistentes y se solicita se organicen en los espacios de trabajo destinados para la actividad, los cuales van a ser mesas para comodidad de elaboración del producto. Se invita al grupo a pensar en una palabra amable que les gustaría recibir hoy. Cada persona dice su palabra en voz alta (ejemplo: “cariño”, “respeto”, “alegría”). Una vez finalizada la participación, se explique el objetivo de la actividad que consiste en practicar los elogios verbales como una forma de cuidarse y fortalecer el grupo.

4. Conociendo las emociones

Se inicia dando el saludo y la bienvenida, con breve explicación de las emociones en las diferentes maneras en las que se experimentan. Posteriormente se socializa que van a ser proyectadas unas imágenes, para que cada quien, desde su punto de vista, socialice qué observan y situaciones en las cuales vivencian cada una de las emociones.

5. Derechos sexuales

Se da la bienvenida y presenta el tema en lenguaje claro: sexualidad, derechos, respeto, afectividad y autonomía en la vejez. Luego construye 3 o 4 acuerdos con el grupo, por ejemplo: escuchar sin burlas, hablar en primera persona, respetar opiniones distintas y poder pasar si alguien no quiere participar. Se cierra este momento con una pregunta breve: “¿Qué saben acerca de los derechos sexuales?”

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	1. Reconocer fortalezas El primer ejercicio se da a partir de un reconocimiento individual, donde se pide a cada persona que escriba, desde su conocimiento y experiencia, fortalezas personales y aspectos por mejorar. Luego, se invitan a que piensen en fortalezas que admiran en otras personas que quisieran incorporar para transformar las oportunidades. Una vez vinculados al tema a trabajar, se muestra la ruleta con el contenido Esto favorece el autoconocimiento y la identificación de recursos personales. Una vez cerrada la participación, se muestra la ruleta con los contenidos a trabajar y se procede a que cada persona participe de manera voluntaria accionando la ruleta desde el dispositivo, brinde la respuesta y se complemente la información con el aporte de las demás personas mayores. Así se trabajan las fortalezas y además se promueve el reconocimiento entre pares, como en la dinámica de intercambio propuesta en el video consultado. 2. No pensar igual también vale Se organiza al grupo en círculo para optimizar la visibilidad de las frases, promover el diálogo interactivo y disminuir los factores distractores. Se presenta la primera frase y se entrega a uno de los participantes para que la lea y de su punto de vista. Seguidamente la coloca en el lugar del “si” o del “no”. Con el grupo, se les pide responder tres preguntas: qué piensa cada persona, qué siente cada una y cómo podrían ubicarlo. Esta clase de trabajo favorece comunicación asertiva, empatía y resolución de conflictos. Cada participante del grupo brinda su opinión si está de acuerdo o no, con una forma respetuosa de responder. Se realiza puesta en común para la ubicación definitiva de la afirmación. 3. Palabras que nos cuidan A partir de las instrucciones dadas, se solicita anoten los elogios ya mencionados. Se pide que cada participante escriba en una tarjeta un elogio de lo que le gustaría escuchar ese día, debe ser concreto, amable y respetuoso. Luego se depositan las tarjetas en una caja. Cuando se recogen todos, se realiza un intercambio de elogios, al repartir las tarjetas al azar. Cada persona lee en voz alta el elogio que recibió y luego lo complementa, además de dar las gracias por lo recibo. Si alguien recibe un elogio que no entiende, puede preguntar al grupo: “¿Quién escribió esto?” y quien lo escribió puede identificarse. La siguiente persona hace lo mismo con la persona a su derecha, y así sucesivamente hasta completar la ronda. **4.** Conociendo las emociones Se realiza la proyección de cada imagen, la cual representa una emoción. Se les pide respondan tres preguntas: ¿Cómo se llama esta emoción? ¿Dónde la siento en el cuerpo? ¿Qué pensamiento suele aparecer cuando la siento? Esto ayuda a que comprendan que la emoción no solo se “piensa”, también se siente físicamente. Seguidamente, se les solicita nombren situaciones de la vida diaria, con ejemplos como “Me avisaron que vendrá una visita muy querida.” “Nadie me escuchó en la reunión.” “No encuentro algo que estaba usando.” “Me abrazaron con cariño.” Así se trabaja la comprensión emocional y flexibilidad, porque una misma situación puede generar emociones diferentes. **5.** Derechos sexuales Se promueve una lluvia de ideas guiada, a partir del abordaje de ideas claves sobre “Derechos sexuales”. Se pide a las personas asistentes que digan palabras o ideas que relacionen con el tema, específicamente con los 5 derechos abordados 1. Derecho al placer y al afecto 2. Derecho a la información y educación 3. Derecho a la privacidad 4. Derecho a la autonomía y al consentimiento y 5. Derecho a la no discriminación sin corregir al inicio. Luego organizas las respuestas se resaltan los puntos más relevantes, lenguaje de respeto, información, intimidad, decisión, cuidado, afecto y no discriminación. Esta dinámica es útil para cuestionar estereotipos y abrir conversación sobre sexualidad, salud y derechos en la vejez.

3.3.3. MOMENTO FINAL	1. Reconocer fortalezas Una vez trabajados todos los temas de la ruleta, el profesional procede a hacer preguntas como ¿Qué fortaleza le reconociste a otra persona? ¿Qué aprendiste de ti hoy? Para finalmente construir colectivamente una idea breve que resuma los aprendizajes y percepciones de la dinámica. 2. No pensar igual también vale Se pide que cada participante responda a premisas como “Cuando no estoy de acuerdo, puedo…” “Una forma respetuosa de disentir es…” “Hoy aprendí que…” Se solicita realicen acuerdos como grupo que involucren aspectos de escuchar antes de responder, no insultar, buscar puntos en común. 3. Palabras que nos cuidan Invite a cada participante a compartir una palabra o frase que resuma cómo se siente después de la actividad. Refuerce la idea de que los elogios verbales son una herramienta de bienestar emocional. Se finaliza con una frase resumen de lo percibido en la actividad. En la actividad se centran aspectos relacionados con actitudes, esfuerzos y cualidades. 4. Conociendo las emociones Se realiza plenaria, en la cual se resalta, situaciones que generan emociones, diferencias de emociones para una misma situación, centrarse en la experimentación a nivel físico y de pensamiento, conclusiones de cuales emociones son más frecuentes. Por último, se refuerza el aspecto relacionado con la experimentación de emociones es una situación cotidiana y no tienen aspectos negativos, lo importante es el reconocimiento y las respuestas que se dan para cada situación. 5. Derechos sexuales Se pide que cada persona responda oralmente a las siguientes afirmaciones “Hoy me llevo la idea de que las personas mayores tienen derecho a..”. Se agrupan las respuestas y se agrupan por categorías, empleando la retroalimentación sobre la información expresada para posteriormente cerrar con un mensaje donde se resalte la autonomía y el buen trato.

3.4. RECURSOS

1 tablero
2 marcadores
Mesas
1 televisor
1 computador
Carteleras
Marcadores
Lápices
1 celular para registro fotográfico
Personas mayores
1 profesional en gerontología
1 profesional en psicología

4. EVALUACIÓN ENCUENTRO

1. Reconocer fortalezas

Se logró realizar la actividad el día 03 de julio del 2026, donde se obtuvo una participación de 26 personas mayores, en un horario de 09:00 a.m. a 10:00 a.m. en la sala de televisión de la Comunidad de Cuidado. Las personas mayores, a partir de compartir saberes construidos a lo largo de la historia de vida, identifican aspectos positivos que favorece el autoconocimiento, percepción asociada a la autoestima por situaciones positivas, emplean en las interacciones la escucha respetuosa y el reconocimiento mutuo entre los participantes, por socializar y aportar más aspectos a lo que cada quien menciona. También se logró que, como grupo, identifiquen fortalezas y áreas de mejora que favorezcan al reconocimiento. Como medios de verificación se utilizan el formato de desarrollo de actividades, el registro fotográfico, PAIIN actuando.

2. No pensar igual también vale

Se logró realizar la actividad el día 08 de julio del 2026, donde se obtuvo una participación de 23 personas mayores, en un horario de 02:00 p.m. a 03:00 p.m. en el comedor de la Comunidad de Cuidado. Con la actividad, las personas mayores socializaron la existencia de ideas y pensamientos que algunas veces es aprendido y generalizado por el contexto o cultura del lugar donde se aprenden. Identificaron que la historia de vida incide en la aceptación o no de esas ideas, por tal razón, existe diversidad de creencias y prácticas. Como característica de la actividad, varias de las ideas las dejaron en medio del “Si” y el “no”, al afirmar que puede aplicarse a unos momentos o lugares y en otros no, siendo esto una capacidad de discriminar los factores que conllevan cada idea. También comentaron que comprenden el desacuerdo es normal, con una necesidad de aceptar diferencias y tolerarlas, pero también incide la manera de expresarlo sin agredir. Como medios de verificación se utilizan el formato de desarrollo de actividades, el registro fotográfico, PAIIN actuando.

3. Palabras que nos cuidan

Se logró realizar la actividad el día 16 de julio del 2026, donde se obtuvo una participación de 26 personas mayores, en un horario de 11:00 a.m. a 12:10 p.m. en el comedor de la Comunidad de Cuidado.Con la actividad, las personas mayores lograron practicar la manera de realizar elogios verbales, identificando son una forma de cuidarse en la parte afectiva, en lo social y la percepción positiva tanto del entorno como de sí mismos. Refirieron que existen unas personas quienes lo manifiestan con mayor frecuencia que otras, también que en ocasiones no se presta tanta atención a ese tipo de situaciones, pero son importantes en la vivencia diaria. Refirieron que ese tipo de interacciones fortalecen vínculos con personas significativas incluyendo a compañeros y compañeras del grupo. Como medios de verificación se utilizan el formato de desarrollo de actividades, el registro fotográfico, PAIIN actuando.

4. Conociendo las emociones

Se logró realizar la actividad el día 21 de julio del 2026, donde se obtuvo una participación de 24 personas mayores, en un horario de 10:00 a.m. a 11:00 a.m. en la sala de televisión de la Comunidad de Cuidado. A partir de la actividad, las personas mayores lograron avanzar en las características de lo que sienten, pasando de respuestas amplias a identificar estados específicos. Identificar reacciones en el cuerpo, respuestas evidentes físicamente ante una emoción (tensiones, respiración, cambios posicionales, dolores) para prevenir emplear conductas inadecuadas. Lograron manifestar ideas y pensamientos asociados a cada emoción, principalmente en emociones de el enojo y la tristeza. Socializaron la dificultad para responder de manera adaptativa ante algunas situaciones de emoción intensa, evidenciando se requiere reforzar la comunicación de las necesidades personales y los límites de manera respetuosa, clara y directa. Como medios de verificación se utilizan el formato de desarrollo de actividades, el registro fotográfico, PAIIN actuando.

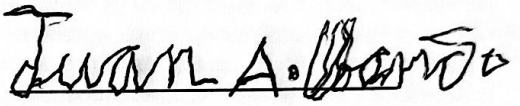
5. Derechos sexuales

Se logró realizar la actividad el día 29 de julio del 2026, donde se obtuvo una participación de 21 personas mayores, en un horario de 11:00 a.m. a 12:00 p.m. en el taller de terapia ocupacional. A partir de la actividad, las personas mayores afirmaron que el conocimiento de los derechos sexuales de las personas mayores fomenta la importancia del cuidado personal en aspectos de la higiene personal y la salud física. Conciencia respecto a la necesidad de prevenir infecciones de transmisión

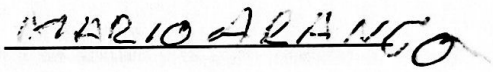
que el conocimiento de los derechos sexuales de las personas mayores fomenta la importancia del cuidado personal en aspectos de la higiene personal y la salud física. Conciencia respecto a la necesidad de prevenir infecciones de transmisión sexual. Experimentar la libertad en la toma de decisiones sobre tener o no una relación afectiva. Identificar situaciones de posible abuso o violencia. Exigir servicios médicos y educación adecuados con acceso a la información clara. Como medios de verificación se utilizan el formato de desarrollo de actividades, el registro fotográfico, PAIIN actuando.

En constancia de la realización de las diversas actividades firman las siguientes personas mayores:

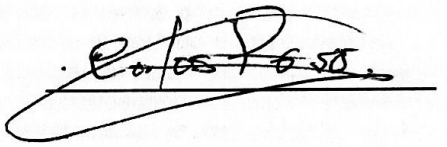
1. Reconocer fortalezas

Juan Antonio Obando/ identificado con CC N ° 452554 

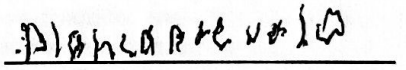
2. No pensar igual también vale

Mario Arango, identificado con CC. 2300340 

3. Palabras que nos cuidan

Carlos Enrique Posso/ identificado con CC 71598713 

4. Conociendo las emociones

Blanca Arévalo Gómez/ identificada con CC 51802534 

5. Derechos sexuales

Mercedes Olaya/ identificada con CC 39634241

Nota aclaratoria: El registro fotográfico original reposa en el drive de la Comunidad de Cuidado.

Fecha evaluación del encuentro:	29/07/2026		
Nombres y apellidos de la persona del equipo interdisciplinario encargado de la persona que evalúa:	Esperanza Cabrera Plazas	**Firma de la persona del equipo interdisciplinario encargado de la persona que evalúa:**	

COMUNIDAD DE CUIDADO LOS ROBLES

REGISTRO FOTOGRÁFICO

IDENTIDAD, AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD

1. **Reconocer fortalezas 03/07/2026**





2. **No pensar igual también vale 08/07/2026**



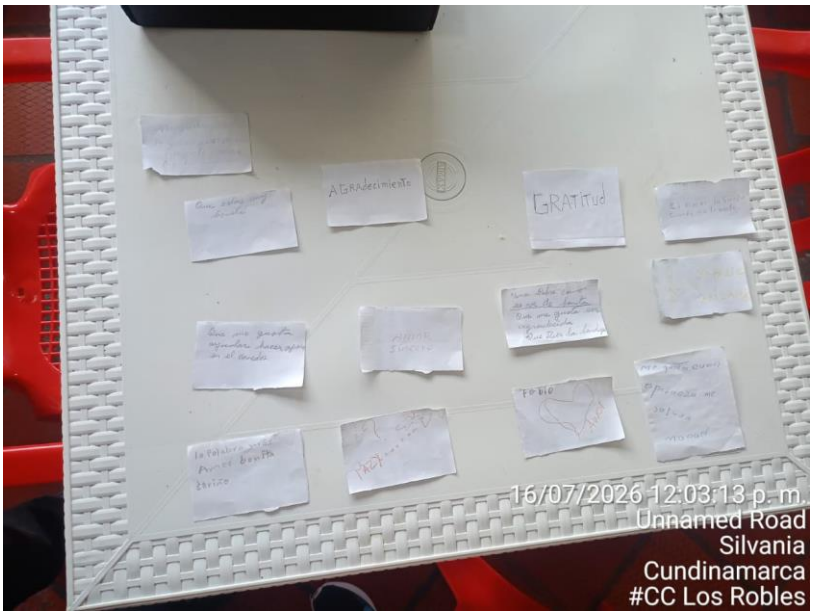




3. **Palabras que nos cuidan 16/07/2026**







4. **Conociendo las emociones 21/07/2026**





5. **Derechos sexuales 29/07/2026**






29/07/2026 11:30:45 a. m.
Silvania Granada
Silvania
Cundinamarca
#CC Los Robles