ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CENTRO DÍA CASA DE LA SABIDURÍA	Código: FOR-PSS-570 Versión: 2 Fecha: Memo I2026013611 - 30/04/2026 Página: 1 de 1

Clasificación: Información pública reservada

1. Servicio Social:	Comunidad de Cuidado		1.1. Unidad Operativa:	La Fortunaa	
1.2 Localidad:	N/A		1.3 Fecha Ejecución:	4/08/2026 al	25/08/2026
2. Línea:	Identidad,Afectividad y Sexualidad		2.1. Componente:	N/A	
2.2. Nombre encuentro:	**1. VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)** **2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez** **3. Conciencia corporal y emocional en la vejez** **4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.**				
2.3. Nombre persona equipo Interdisciplinario encargado:	Fabian Garzón Ramírez				

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fortalecer en las personas mayores el reconocimiento de la identidad, la afectividad y la sexualidad como dimensiones fundamentales del bienestar y la calidad de vida, mediante estrategias lúdicas, participativas y reflexivas que promuevan el ejercicio de sus derechos, el respeto por la diversidad, la autoaceptación, el autocuidado y la toma de decisiones informadas, favoreciendo una convivencia basada en la inclusión, la igualdad y el respeto dentro de la Comunidad de Cuidado La Fortuna.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1.VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)
Fortalecer los conocimientos de las personas mayores sobre el VIH, abordando sus principales formas de transmisión, medidas de prevención y prácticas de autocuidado, mediante una estrategia lúdico-educativa que facilitara la comprensión y apropiación de información relacionada con la salud sexual.

2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez
Promover una percepción positiva y respetuosa del cuerpo durante la vejez, abordando los cambios físicos propios del proceso de envejecimiento y su relación con la autoestima, mediante una actividad lúdica que favoreciera la reflexión individual y grupal.

3. Conciencia corporal y emocional en la vejez
Favorecer el reconocimiento de las sensaciones corporales y estados emocionales en las personas mayores, mediante ejercicios de respiración consciente, relajación y atención plena, como estrategias orientadas al bienestar y la autorregulación emocional.

4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.
Fortalecer el conocimiento de las personas mayores frente al protocolo institucional para el uso de la habitación destinada a relaciones afectivas e intimidad, mediante una estrategia lúdica de preguntas que permitiera abordar aspectos relacionados con privacidad, consentimiento, autonomía, respeto y cumplimiento de las disposiciones establecidas.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

1.VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)

1.1. El profesional de Psicología invito a las personas mayores a participar en la actividad después del desayuno.
1.2. Se organizaro el espacio y se dispondrán los platos numerados, vasos, pelota y preguntas relacionadas con el VIH.
1.3. Se conformarón equipos y se explicarán las instrucciones de la dinámica.
1.4. Se desarrollo el juego mediante el lanzamiento de la pelota hacia los platos numerados y la resolución de las preguntas correspondientes.
1.5. Al finalizar se realizaro una retroalimentación general de los contenidos abordados.

2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez

2.1. Una vez finalizado el desayuno, el profesional de Psicología convocó a las personas mayores y presentó brevemente el propósito de la actividad relacionada con la autoestima y la percepción corporal.
2.2. Se dispuso el lugar de trabajo, ubicando las cestas, vasos y pelotas que serían utilizados durante el ejercicio.
2.3. Las personas mayores se organizaron en parejas y se explicó la dinámica para trasladar la pelota utilizando el vaso como elemento de apoyo.
2.4. Durante el recorrido se plantearon preguntas orientadas a generar reflexión sobre la imagen corporal, los cambios propios de la vejez y la valoración de las cualidades personales.
2.5. Concluido el ejercicio, se generó un espacio de intercambio para recoger las principales reflexiones surgidas durante la actividad.

3. Conciencia corporal y emocional en la vejez

3.1. El profesional de Psicología invitó a las personas mayores a participar en la sesión después del desayuno, explicando que se realizarían ejercicios derespiración, relajación y reconocimiento corporal.
3.2. Se preparó un ambiente tranquilo y se organizaron las sillas y demás elementos necesarios para facilitar una posición cómoda durante la actividad.
3.3. Se brindaron las indicaciones iniciales y se orientó a las personas mayores para disponer su atención en la respiración y en las sensaciones presentes en el cuerpo.
3.4. Se desarrolló de manera progresiva la secuencia de ejercicios, pasando de la respiración consciente a la exploración corporal y posteriormente al reconocimiento de estados emocionales.
3.5. Una vez terminados los ejercicios, se realizó una pausa de relajación y se dispuso el espacio para compartir las percepciones experimentadas durante la sesión.

4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.

4.1. Después del desayuno, el profesional de Psicología convocó a las personas mayores y explicó que la jornada estaría dirigida a la socialización del protocolo para el uso de la habitación destinada a relaciones afectivas e intimidad.
4.2. Se organizó el espacio colocando los vasos y pimpones que contenían las preguntas relacionadas con las disposiciones del protocolo.
4.3. Se distribuyeron las personas mayores en equipos y se dieron a conocer las reglas del juego, explicando la manera en que debían seleccionar los elementos y responder las preguntas.
4.4. Se desarrolló la dinámica mediante la selección de vasos y pimpones, abordando progresivamente preguntas sobre privacidad, consentimiento, respeto, autonomía y condiciones de uso de la habitación.
4.5. Una vez terminadas las preguntas, se realizó una revisión conjunta de los aspectos tratados y se abrió un espacio para resolver dudas relacionadas con el protocolo.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**1.VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)** El profesional de Psicología inició la actividad con una explicación general sobre el VIH, abordando aspectos relacionados con sus formas de transmisión, medidas de prevención y prácticas de autocuidado. Posteriormente, se dio inicio a la dinámica por equipos, en la cual cada grupo realizó el lanzamiento de una pelota hacia los platos numerados. De acuerdo con el número en el que cayó la pelota, se seleccionó la pregunta correspondiente y se dio un espacio para que las personas mayores dialogaran al interior de sus equipos y construyeran una respuesta. Seguido, cada grupo socializó su respuesta y el profesional de Psicología realizó la retroalimentación correspondiente, ampliando la información y aclarando las dudas que se presentaron. La dinámica continuó con la participación de los diferentes equipos, abordando preguntas relacionadas con situaciones de riesgo, mecanismos de transmisión, prevención y autocuidado frente al VIH. Las respuestas acertadas permitieron avanzar en la recolección de vasos, integrando el componente educativo con el ejercicio lúdico. **2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez** El profesional de Psicología inició la actividad mediante una conversación sobre la autoestima y la manera en que cada persona percibe y valora su propio cuerpo. Se abordaron los cambios físicos asociados al proceso de envejecimiento, resaltando que estos hacen parte del curso natural de la vida y no determinan el valor, las capacidades ni la dignidad de las personas mayores. Posteriormente, las parejas realizaron el ejercicio de trasladar una pelota utilizando un vaso como apoyo hasta llegar a la cesta. Durante el recorrido, el profesional de Psicología formuló diferentes preguntas relacionadas con la percepción del cuerpo, los cambios físicos experimentados a lo largo de la vida y aquellos aspectos personales que cada persona reconoce y valora de sí misma. Las respuestas permitieron generar espacios de diálogo entre las parejas y posteriormente realizar una socialización grupal. El profesional de Psicología orientó las intervenciones hacia el reconocimiento de cualidades, capacidades, experiencias y características personales, favoreciendo una valoración integral de sí mismas y no únicamente centrada en la apariencia física. **3. Conciencia corporal y emocional en la vejez** El profesional de Psicología dio inicio a la sesión en la zona verde d ela comunidad de cuidado,orientando a las personas mayores para adoptar una posición cómoda y centrar progresivamente su atención en la respiración. Se realizaron ejercicios de inhalación y exhalación pausada, invitando a observar el movimiento del cuerpo durante cada respiración. Seguido, se desarrolló un ejercicio de exploración corporal mediante el cual se dirigió la atención hacia diferentes partes del cuerpo. Las personas mayores fueron identificando sensaciones como tensión, cansancio, comodidad o relajación, siguiendo las orientaciones proporcionadas durante la actividad. A continuación, se realizó un ejercicio de reconocimiento emocional. El profesional de Psicología invitó a identificar el estado emocional presente y a relacionarlo con las posibles manifestaciones corporales experimentadas. Durante este momento se utilizaron instrucciones pausadas, permitiendo que cada persona mayor realizara el ejercicio de acuerdo con sus condiciones y posibilidades. **4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.** El profesional de Psicología inició la actividad contextualizando a las personas mayores sobre el propósito de la habitación destinada a relaciones afectivas e intimidad y socializando los principales aspectos contemplados en el protocolo institucional. Se abordaron elementos relacionados con privacidad, consentimiento, autonomía, respeto mutuo y condiciones para el uso adecuado del espacio.Dando continuidad, se dio inicio a la dinámica por equipos. Los vasos y pimpones fueron dispuestos sobre la mesa y cada grupo seleccionó uno de los elementos para identificar la pregunta correspondiente. Las personas mayores analizaron cada pregunta, dialogaron entre sí y construyeron sus respuestas a partir de los conocimientos que tenían sobre el protocolo. A medida que se desarrolló la actividad, el profesional de Psicología acompañó las intervenciones y realizó retroalimentación frente a las respuestas proporcionadas. Se plantearon situaciones relacionadas con el uso de la habitación para facilitar la comprensión de las disposiciones institucionales y se aclararon inquietudes frente a aspectos como el consentimiento, la privacidad y el respeto por las decisiones de las personas involucradas.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**1.VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)** Para finalizar, el profesional de Psicología retomó los principales contenidos trabajados durante la sesión, haciendo énfasis en las formas de transmisión, las medidas de prevención y las acciones de autocuidado. Se resolvieron las inquietudes expresadas por las personas mayores y se reforzó la importancia de contar con información adecuada para prevenir situaciones de riesgo relacionadas con la salud sexual **2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez** Como cierre, se invitó a las personas mayores a identificar y expresar alguna cualidad, capacidad o característica personal que reconocieran como positiva. Se retomaron los aportes realizados y se reforzó la importancia de aceptar los cambios corporales propios del envejecimiento, mantener prácticas de autocuidado y reconocer el valor personal más allá de la apariencia física. **3. Conciencia corporal y emocional en la vejez** Para finalizar, se realizó un ejercicio de respiración lenta y profunda que permitió disminuir progresivamente la actividad y generar un momento de tranquilidad. Posteriormente, se invitó a las personas mayores a compartir las sensaciones y emociones identificadas durante la sesión. El profesional de Psicología realizó una reflexión final sobre la importancia de reconocer las señales del cuerpo y los estados emocionales como parte de las prácticas de autocuidado. **4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.** Para cerrar la actividad, el profesional de Psicología realizó una recapitulación de los principales aspectos socializados durante la sesión. Se retomaron las dudas que surgieron durante el juego y se realizaron las aclaraciones correspondientes. Finalmente, se reforzó la importancia de conocer y cumplir las disposiciones del protocolo, resaltando el respeto por la privacidad, el consentimiento, la autonomía y los derechos afectivos e íntimos de las personas mayores.

3.4. RECURSOS

1.VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.) *Platos numerados. *Vasos plásticos. *Pelota. *Preguntas impresas sobre VIH. *Mesa *Sillas	**2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez** *Vasos plásticos. *Pelotas pequeñas de colores. *Recipientes. *Mesas *Preguntas relacionadas con autoestima y percepción corporal. *Sillas
3. Conciencia corporal y emocional en la vejez *Sillas *Colchonetas. *Zona verde. *Música de relajación *Bafle *Guía de ejercicios de respiración consciente y relajación.	**4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.** *Vasos plásticos. *Pelotas de ping-pong. *Preguntas impresas relacionadas con el protocolo. *Mesas *Sillas

4. EVALUACION ENCUENTRO

Evaluación de Actividades Línea Identidad, Afectividad y Sexualidad

Durante el mes de agosto de 2026, en la Comunidad de Cuidado La Fortuna se desarrollaron actividades formativas basadas en juegos y dinámicas lúdicas que facilitaron el aprendizaje significativo en torno a temas abordados en este mes. Cada encuentro se orientó a que las personas mayores adquirieran conocimientos de manera participativa y vivencial. Para evaluar la apropiación de los contenidos, se empleó un test visual mediante paletas de colores, lo que permitió una valoración clara y dinámica de las respuestas a preguntas dicotómicas, garantizando una retroalimentación sencilla e inclusiva para todos.

La dinámica empleó dos paletas de color:

Verde, que indicaba una respuesta afirmativa (Sí, Verdadero, De acuerdo).
Rojo, que representaba una respuesta negativa (No, Falso, En desacuerdo).

A partir de las elecciones realizadas por las personas mayores durante las actividades, fue posible obtener indicadores cualitativos sobre el nivel de apropiación y reflexión frente a los temas propuestos. A continuación, se resumen los principales resultados derivados de esta metodología participativa

1.VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)

Fecha: 4/08/2026
Número de participantes: 30 personas mayores
Preguntas del test de colores:

a.El VIH puede transmitirse a través de relaciones sexuales sin protección.

Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

b.Contar con información adecuada sobre el VIH favorece la adopción de medidas de prevención y autocuidado.

Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

Logro: Las personas mayores fortalecieron sus conocimientos sobre el VIH, identificando las principales formas de transmisión y las medidas relacionadas con su prevención. Asimismo, comprendieron la importancia del autocuidado, la búsqueda de información confiable y la adopción de prácticas responsables para el cuidado de su salud sexual.

2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez

Fecha: 15/08/2026
Número de participantes: 30 personas mayores
Preguntas del test de colores:

a.Los cambios físicos propios del envejecimiento no disminuyen el valor ni las capacidades de la persona mayor.

Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

b.La autoestima puede fortalecerse cuando la persona mayor reconoce y valora sus cualidades, capacidades y experiencias.

Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

Logro: Las personas mayores reconocieron que los cambios físicos asociados al envejecimiento hacen parte del proceso natural de la vida y no determinan su valor personal. Fortalecieron una percepción más positiva de sí mismas, identificando cualidades, capacidades y experiencias que contribuyen a mantener una adecuada autoestima más allá de la apariencia física.

3. Conciencia corporal y emocional en la vejez
Fecha: 21/08/2026
Número de participantes: 30 personas mayores
Preguntas del test de colores:

a.La respiración consciente puede favorecer la relajación y disminuir la tensión corporal.

Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

b.Reconocer las sensaciones corporales y las emociones permite identificar señales relacionadas con el propio bienestar.

Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

Logro: Las personas mayores aprendieron a prestar mayor atención a las sensaciones corporales y a reconocer diferentes estados emocionales, comprendiendo la relación existente entre cuerpo, pensamientos y emociones. De igual manera, adquirieron herramientas básicas de respiración consciente y relajación que pueden emplear para favorecer estados de calma y bienestar.

4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.

Fecha: 25/08/2026
Número de participantes: 30 personas mayores
Preguntas del test de colores:

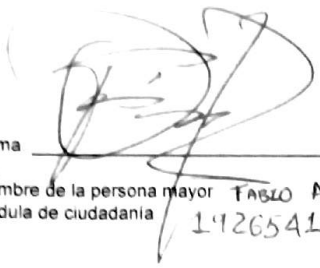
a.El uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad debe desarrollarse respetando la privacidad, el consentimiento y la autonomía de las personas mayores.
Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

b.Conocer el protocolo permite a las personas mayores identificar las condiciones y normas establecidas para el uso adecuado de este espacio
Verdadero. 30 persona mayores Falso: 0 personas mayores

Logro: Las personas mayores comprendieron los aspectos principales establecidos en el protocolo para el uso de la habitación destinada a relaciones afectivas e intimidad, reconociendo la importancia del consentimiento, la privacidad, el respeto mutuo y la autonomía. Asimismo, fortalecieron sus conocimientos sobre las condiciones y pautas institucionales necesarias para el ejercicio responsable de sus derechos afectivos y sexuales

Dejando constancia de las actividades aquí registradas para efectos pertinentes Firman las siguientes personas mayores

1. VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)



Firma _____

Nombre de la persona mayor PABLO ARMANDO QUINTERO FARFAN
Cedula de ciudadanía 14265416

2. Autoestima y percepción del cuerpo en la veje

Firma _____

Nombre de la persona mayor FRANCISCO JAVIER ALVAREZ VARGAS
Cedula de ciudadanía 4504211

3. Conciencia corporal y emocional en la vejez

Firma: _____

Nombre de la persona mayor LUIS ANTONIO TEJADA
Cedula de ciudadanía 19235316

4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.

Firma: _____

Nombre de la persona mayor BEATRIZ ADELA GUTIERREZ PALACIO
Cedula de ciudadanía 41717587

Fecha evaluación del encuentro	25/08/2026		
Nombres y apellidos de la persona del equipo interdisciplinario encargado de la persona que evalua	LADY JOHANNA ESCOBAR	Firma de la persona del equipo interdisciplinario encargado de la persona que evalua	

Anexo
Registro Fotografico
Linea Identidad,Afectividad y Sexualidad

1.VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana.)
Fecha: 4/08/2026











2. Autoestima y percepción del cuerpo en la vejez
Fecha: 15/08/2026











3. Conciencia corporal y emocional en la vejez
Fecha: 21/08/2026







4. Socialización Protocolo Uso de la habitación para relaciones afectivas e intimidad.
Fecha: 25/08/2026









