Lugar	*Comunidad de Cuidado La Fortuna*
Fecha	*16/08/2026* ***H:*** *10:00 a.m. a 11:15 a.m.*
Tema	*Acompañar sin sobreprotege* Una forma de cuidar respetando la autonomía de las personas mayores
Desarrollo	**Orden del día:** 1.Objetivo 2.Introducción 3.Desarrollo de la actividad 4.Recursos 5.Registro fotográfico 6.Anexos ***1. Objetivo*** Sensibilizar a las familias frente a la importancia de acompañar a las personas mayores respetando su autonomía, independencia, capacidades y toma de decisiones, promoviendo prácticas de cuidado que brinden el apoyo necesario sin generar sobreprotección, dependencia o limitación en su desenvolvimiento cotidiano. ***2. Introducción*** El día **16 de agosto de 2026**, se desarrolla encuentro virtual con familiares de las personas mayores vinculadas a la **Comunidad de Cuidado La Fortuna**, denominado **"Acompañar sin sobreproteger"**, como un espacio de orientación, reflexión y sensibilización frente a las diferentes formas de cuidado y acompañamiento que se brindan a las personas mayores desde el entorno familiar. La actividad se plantea con el propósito de fortalecer en las familias la comprensión de la importancia de reconocer las capacidades que conservan las personas mayores, respetar sus decisiones y permitirles realizar actividades de manera autónoma de acuerdo con sus posibilidades. Asimismo, se busca generar reflexión frente a aquellas acciones que, aunque son realizadas con intención de proteger y cuidar, pueden limitar la independencia, confianza y autonomía de la persona mayor. ***3. Desarrollo de la Intervención*** Siendo así, se realiza encuentro virtual con familiares mediante una metodología dinámica y reflexiva, orientada a fortalecer las prácticas de acompañamiento familiar y el reconocimiento de la autonomía de las personas mayores. Inicialmente, se desarrolla la actividad de activación denominada **"¡Rápido, rápido!"**, con el propósito de favorecer la atención, la agilidad mental, la interacción y la disposición de los participantes para el desarrollo del encuentro. Durante la dinámica se realizan diferentes instrucciones y preguntas de respuesta rápida relacionadas con las experiencias cotidianas de cuidado, permitiendo generar un ambiente cercano y de confianza. Posteriormente, se aborda el tema central **"Acompañar sin sobreproteger"**, brindando orientación sobre el significado de acompañar a una persona mayor desde el respeto, la confianza y el reconocimiento de sus capacidades. Se establece la diferencia entre brindar apoyo y realizar de manera constante actividades que la persona mayor aún puede desarrollar por sí misma.

Seguidamente, se desarrolla la dinámica **"¿La ayudo o la dejo hacerlo?"**, en la cual se presentan diferentes situaciones de la vida cotidiana relacionadas con actividades como vestirse, alimentarse, desplazarse, utilizar dispositivos tecnológicos y realizar actividades personales. A partir de cada situación, los familiares expresan qué decisión tomarían y posteriormente se genera un espacio de reflexión sobre la importancia de identificar cuándo la persona mayor realmente requiere ayuda y cuándo es posible brindarle el tiempo y la confianza necesarios para realizar la actividad por sí misma.

Durante este espacio se abordan aspectos relacionados con la **autonomía, independencia, toma de decisiones, confianza en las capacidades y respeto por el ritmo de cada persona mayor**. Asimismo, se sensibiliza frente a situaciones en las que el miedo, la preocupación o el deseo de ayudar pueden llevar a las familias a asumir actividades que la persona mayor todavía puede realizar, favoreciendo de manera involuntaria una mayor dependencia.

Posteriormente, se invita a los familiares a reflexionar sobre la pregunta **"¿Realmente necesita que lo haga por ella o simplemente necesita que la acompañe?"**, promoviendo el reconocimiento de aquellas acciones familiares que pueden modificarse para favorecer un acompañamiento más adecuado.

Finalmente, este espacio permite consolidar los aprendizajes adquiridos y promover compromisos orientados a brindar un acompañamiento basado en el respeto, la paciencia, la confianza y el reconocimiento de la autonomía.

Como cierre del encuentro, se realiza una reflexión colectiva resaltando que **cuidar no significa hacer todo por la persona mayor**, sino brindar el apoyo necesario, permitirle tomar decisiones y favorecer que continúe desarrollando las capacidades que conserva.

Durante el encuentro, los familiares muestran disposición frente a los espacios de diálogo, reflexión y orientación, permitiendo fortalecer la comprensión sobre la importancia de acompañar a las personas mayores sin limitar sus capacidades. La jornada finaliza promoviendo prácticas familiares basadas en el respeto, la confianza, la autonomía y el reconocimiento de la persona mayor como protagonista de sus propias decisiones.

4. Recursos

Computador, plataforma virtual, presentación digital y material de apoyo para el desarrollo de las actividades.

5.Registro fotográfico:

Nota: El registro fotográfico quedará guardado y reposará en el Drive de la Comunidad de Cuidado, disponible para consulta en el siguiente enlace:

https://drive.google.com/drive/folders/1k_LKNghK3JoRKj5ATXnDvN38g7Akc7kk?usp=sharing

6. Anexos

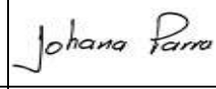
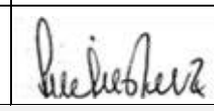
- Asistencia Google Forms de los referentes familiares y sociales de las personas mayores de la Comunidad de Cuidado La Fortuna.







	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	Firma
Asistentes	Laura Manuela Capador Salazar	Gerontóloga	Comunidad de Cuidado La Fortuna	Laura Manuela Capador Salazar

	Ángela Johana Parra Bello	Trabajadora social	Comunidad de Cuidado La Fortuna	
	Lady Johanna Escobar	Coordinadora	Comunidad de Cuidado La Fortuna	

	Actividad	Responsable	Fecha límite
Compromisos	*Próxima reunión presencial para septiembre*	*Trabajo Social*	*20/09/2026*
Próxima reunión	*20 de septiembre del 2026*		
Elaboró	*Laura Manuela Capador Salazar - Gerontóloga*		

Marca temporal	NOMBRE COMPLETO	NUMERO DE DOCUMENTO	REFERENTE FAMILIAR O SOCIAL	TELEFONO	NOMBRE DE LA PERSONA MAYOR POR LA QUE AS	CREE QUE ES IMPORTANTE ABORDAR ESTOS TEMAS
16/8/2026	Sandra Figueroa	39566135	Hija	3136162679	Hermida Figueroa	Si
16/8/2026	Ingrid Carolina Mayorga Gonzalez	52278555	Familiar	3108059702	Humberto Mayorga Buendía	si claro que si
16/8/2026	María Etna Ramos	51550452	Si	3123200051	Julia Rosa Ramos	Si
16/8/2026	Sandra castro Quintana	39751400	Amiga	3222192426	Teresa Mateus	Muy importante
16/8/2026	Maria Lucia González González	23874172	Familiar	3142202757	Arturo González	Si
16/8/2026	Jenny Bocarejo	52950358	Amigos	3104026573	Oscar gomez	Si
16/8/2026	Luz Jeannette Bello Lamprea	51974571	Hija	3182587829	María Leonor Lamprea	Si
16/8/2026	Esperanza Montealegre Bravo	51661595	Hermana	3208793069	Aura González Bravo	Si
16/8/2026	Yadira Esperanza Arias Martinez	51822890	Hija	3123154820	Héctor Auli Arias	Si
16/8/2026	Edith Patricia Moreno Godoy	52076547	Sobrina	3132609204	Jeremías Godoy	Si
16/8/2026	Luis Fernando vasquez	79644889	Luis Fernando Vasquez	3115222546	Valvina vasquez	Si es importante
16/8/2026	José Luis Vargas uriza	80004740	Elvira uriza Sánchez	3243506246	Elvira uriza Sánchez	Si gracias
16/8/2026	Luz Alba Rubio Trujillo	51720904	Sobrina	3208900895	Jaime Rubio Avello	Si
16/8/2026	Amparo Torres Vasquez	52098485	Hija	3505337414	Balvina Vasquez	Si
16/8/2026	Rodríguez Montaño David Fernando	80219363	Familiar	3155920009	Hernando Montaño	Si
16/8/2026	Constanza Gómez Londoño	51876963	referente familiar- Sobrina.	3002673594	Edith Londoño de Pineda	temas para tratar en reuniones de familiares : Las reunior
16/8/2026	Rosa Myriam peña castellanos	51882825	Hermana	3117164172	Carlos Arturo peña castellanos	Si
16/8/2026	Francy Dayana Moreno Espinosa	53090610	María Fidelina Espinosa Fandiño	3133150623	María Fidelina Espinosa Fandiño	Claro que si