Lugar	Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María
Fecha	Funza, 28 de agosto de 2026– 09:30 a.m. a 11:30 a.m.
Tema	Cuidar a quienes cuidan.
Desarrollo	**ORDEN DEL DÍA:** • Objetivo General. • Objetivos de las actividades • Metodología de la actividad. • Desarrollo de la actividad y registro fotográfico. • Anexos de la actividad desarrollada. **Objetivo General:** Fortalecer las habilidades de afrontamiento y autocuidado del talento humano de la Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María mediante la implementación de actividades deportivas, socio-recreativas y capacitaciones gerontológicas orientadas a reducir comportamientos asociados al burnout, optimizando la calidad de la atención centrada en la persona mayor y consolidando un entorno de cuidado humanizado. • **Objetivos de las actividades.** Promover el bienestar físico y psicológico del talento humano Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María, a través de actividad lúdica-recreativa, con el fin promover el bienestar integral del cuidador, a través de la risa, la diversión y de esparcimiento en un ambiente de trabajo saludable, productivo y proactivo. • **Metodología de la actividad.** La actividad se desarrolló bajo una metodología participativa, experiencial, lúdica y centrada en el bienestar del cuidador, utilizando el juego recreativo como herramienta para generar una pausa frente a las exigencias propias del cuidado permanente. La convocatoria se realizó con dos días de antelación, mediante invitación dirigida a todo el talento humano, con el propósito de facilitar la organización de los turnos y favorecer la participación del mayor número posible de cuidadores sin afectar la continuidad de la atención de las personas mayores. La jornada inició a las 10:30 a. m. y se estructuró en cuatro momentos: Momento 1. Acogida, sensibilización y reconocimiento, a través de bienvenida a los participantes, contextualizando el propósito de la jornada dentro del Programa Respiro al Cuidador y de la conmemoración del Mes de la Persona Mayor. Se brindaron mensajes de reconocimiento orientados a destacar la importancia del trabajo que desarrolla el talento humano cuidador, haciendo énfasis en aspectos como vocación de servicio, paciencia, tolerancia y trabajo en equipo. Momento 2. Activación corporal y disposición para el juego, a través de una activación corporal de intensidad suave, orientada a preparar a los participantes para las actividades recreativas. Momento 3. Circuito recreativo "Desconectarse para reconectarse" Se organizó un circuito de estaciones recreativas, en el cual los participantes realizaron diferentes retos grupales e individuales. Las actividades se plantearon con un enfoque recreativo, evitando la competencia excesiva y priorizando la diversión, cooperación, comunicación y espontaneidad, así: Estación 1. "La silla musical": Se desarrolló una adaptación del juego tradicional de las sillas musicales. Los participantes se desplazaron alrededor de las sillas mientras sonaba

la música y, al detenerse, debían buscar un lugar disponible. Se enfatizó que el propósito no era determinar quién ganaba o perdía, sino generar un espacio de diversión, liberar tensiones y compartir con los compañeros desde un rol diferente al laboral.
Estación 2. "Triqui adaptado": Se implementó una versión ampliada y adaptada del juego de triqui, utilizando elementos visibles y de fácil manipulación, para que los participantes se organizaron en equipos y debían tomar decisiones para completar la secuencia correspondiente, promoviendo la participación colectiva.
Estación 3. "Reto del plástico enjabonado": Se dispuso un plástico o superficie preparada con agua y jabón para realizar un recorrido recreativo controlado, bajo condiciones previamente establecidas de seguridad. El reto buscó generar un espacio de movimiento, espontaneidad y diversión, favoreciendo la liberación de tensiones acumuladas y fortaleciendo la interacción entre compañeros.
Momento 4. Reflexión, autocuidado y cierre: Posterior a las dinámicas, se generó un espacio de reflexión grupal orientado a relacionar la experiencia recreativa con la labor cotidiana del cuidado. A partir de las respuestas y experiencias compartidas, se reforzó el mensaje de que el autocuidado no constituye un acto individual aislado, sino una práctica que puede fortalecerse mediante el apoyo entre compañeros y las condiciones institucionales favorables al bienestar.

Finalmente, se realizó un compartir y cierre con mensajes de reconocimiento al talento humano, reafirmando el compromiso institucional con la promoción del bienestar de quienes diariamente brindan cuidado a las personas mayores.

Registro fotográfico:



Nota: El registro fotográfico total de la actividad reposa almacenado en DRIVE de la Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María.

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	Firma
Asistentes	Michel Dayana Cortejo	ACT en Enfermería	Corazón inmaculado de maría	
	Angela M Suarez Agamero	Auxiliar de Enfermería	Corazón inmaculado de maría	
	Anggie Catherine Herrera Rojas	Auxiliar de enfermería	Corazón inmaculado de maría	
	Angie Lizeth Cuervo Prada	S. Generales	Corazón inmaculado de maría	
	Xeni Johanna Bohorquez	S. Generales	Corazón inmaculado de maría	
	Sandra C. Gomez M	Tallerista	Corazón inmaculado de maría	
	Lucio Chaparro	Técnico cocina	Corazón inmaculado de maría	
	Edith Torres	Tallerista	Corazón inmaculado de maría	
	María Fernanda Puerto G.	Técnico Archivo	Corazón inmaculado de maría	

Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	Firma
Cecilia Cabrattwap	Gerontologia	Corazón inmaculado de maria	
Ana Liced Morales	Terapia Ocupacional	Corazón inmaculado de maria	
Dora Paola Forero Rojas	Aux Enfermeria	Corazón inmaculado de maria	
Gina Arias Gomez	Aux Enfermeria	Corazón inmaculado de maria	
ANA ROCIO GONZALEZ SANCHEZ	REGENTE FARMACIA	Corazón inmaculado de maria	
Hanyin Gonzalez	Aux Enfermeria	Corazón inmaculado de maria	
[illegible] ARDILA MONTAÑO	AUX ENFERMERIA	Corazón inmaculado de maria	
David Alejandro León	Aux Enfermería	Corazón inmaculado de maria	
Leydi Camila Acuñelo	Aux enfermeria	Corazón inmaculado de maria	

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia	Firma
	Ruth Liliana Sierra Ramon	Aux Enfermera	Corazón inmaculado de maría	
	Clara Borda	Nutricionista	Corazón inmaculado de maria	Clara Borda
	Michelle Rodriguez	Enfermera Jefe	Corazón inmaculado de maría	
	Erika Milan	Aux Enfermeria	Corazón inmaculado de maría	
	Diego Hamián	Psicólogo	Corazón inmaculado de maría	
	Maria Helena Ibarra Salazar	Técnico operativo	Corazón inmaculado de maría	Maria Helena
	Julian Eduardo Villalobos Rivera	Responsable Ambiental	Corazón inmaculado de maría	
	Patricia Nuñez	Fisioterapeuta	Corazón inmaculado de maria	Patricia Nuñez
	Fernando Salcedo	Coordinación	Corazón inmaculado de maria	

	Actividad	Responsable	Fecha límite
Compromisos	Dar cumplimiento al programa respiro del cuidador institucional.	Talento Humano Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María.	Durante la ejecución del servicio.
Próxima reunión	No fue establecida.		
Elaboró	*Diego Mamián Martínez (Psicólogo) y Patricia Ortegate (Fisioterapeuta).*		

