

INFORME DE GESTIÓN N° 2

NOMBRE DEL PROYECTO			
CENTRO DIURNO REFERENCIAL DEL ADULTO MAYOR "GÜLAMTUN"			
COMUNA EN LA QUE SE EJECUTA EL PROYECTO		PERIODO QUE SE INFORMA	
TEMUCO		Abril- Mayo- Junio 2025	
IDENTIFICACION DEL ORGANISMO EJECUTOR			
1. Nombre y/o Razón Social		Universidad Autónoma de Chile	
2. RUT	71.633.300-0	3. Dirección	Manuel Bulnes 0157
4. Comuna	Temuco	5. Región	Araucanía
6. Teléfono	452 451197	7. E-mail	<u>Emilio.guerra@uautonoma.cl</u>
8. Fecha del Convenio		10. Fecha de Resolución	
11. Fecha Inicio Ejecución	01-01-2025	12. Fecha termino ejecución	
N° Cuenta bancaria	66123275	Banco	BCI
		Tipo de cuenta	Corriente
13. Nombre del Representante Legal			14. RUT del Representante legal
Emilio Ricardo Guerra Bugueño			6.995.118-K
RESUMEN DEL COSTO DEL PROYECTO			
Monto entregado por SENAMA		Pendiente transferencia de remesa	
Aportes Propios o de terceros			
Monto Total del Proyecto		\$784.242.000	
			
FIRMA DIRECTOR TÉCNICO CENTRO DIURNO			

EL PRESENTE INFORME DEBE CONSIDERAR LO SEÑALADO EN EL INFORME N°1, DE MANERA DE DAR CONTINUIDAD A LO QUE SE REPORTA.

1. ÁREA DE ATENCIÓN USUARIA.

	Mujeres	Hombres	Total
N° de P.M. Inscritas	59	22	81
N° de P.M. con Evaluación Integral	55	18	73
N° de P.M. con Plan de Atención Integral	54	19	73

DEBEN COMPLETARSE LAS HOJAS DE BENEFICIARIOS; DATOS GENERALES Y EVALUACIÓN, DISPONIBLES EN LA PLANILLA EXCEL

Identifique cuáles han sido las principales dificultades en la operación del centro durante los meses comprendidos en el presente informe y cómo los han resuelto. Identifique dificultades tanto en el área de atención usuaria como administrativa.

Dificultad detectada	Solución
Kinesiología: Baja asistencia tanto a los talleres como atenciones individuales por parte de los usuarios.	Se realiza educación continua a los usuarios sobre la importancia de la participación tanto en los talleres de actividad física como la adherencia a las intervenciones individuales, además se educa sobre las medidas de prevención de cuadros respiratorios.
Terapia Ocupacional: Baja asistencia de usuarios en atenciones individuales	Se desarrolla acercamiento con persona mayor, guiando sobre su proceso de intervención. En los casos que se requiere, se entrega material complementario para el hogar.
Enfermería: En área atención usuaria, la dificultad que se ha presentado ha sido la inasistencia de usuarios a talleres grupales como atenciones individuales.	Se refuerzan cuidados relacionados a temáticas vistas en talleres y relacionados con su atención individual. Se refuerza además la importancia

	de cumplir con sus procesos y se da énfasis en el autocuidado en su salud.
Enfermería: En área administrativa, la dificultad ha sido no contar con una distribución horaria continua en tiempo, destinada para funciones administrativas, lo que ha hecho que se realice en tiempos cortos en horarios donde usuarios tienen sus comidas.	Se modifica distribución horaria de Enfermera, donde se destinan periodos administrativos continuos.
Psicología: Se presenta dificultad en la continuidad de las atenciones psicológicas, dada la intermitencia de los usuarios en diferentes periodos del trimestre.	Se han generado re-encuadres respecto de los acompañamientos y atenciones psicológicas. En algunos casos redefiniendo los objetivos y la frecuencia de las atenciones.
Psicología: Se observan dificultades respecto de usuarios/as que refieren necesitar atención psicológica, encontrándose ya, con atención psicológica en diferentes recintos de salud o programas.	Psicoeducar respecto de evitar la sobre intervención procurando una prestación o servicio complementario a los que tiene de otras instituciones y organizaciones. Desde el punto de vista psicológico, es importante respetar los procesos que se estén cursando y los objetivos de estos, dado que, sobre intervenir, puede generar un retroceso en la dimensión abordada.
Trabajo Social: Por parte de algunos usuarios se observa una visión equivocada respecto a la figura del trabajador social, confundiendo su rol a procesos de intervención de carácter asistencialista.	Referente a esta situación continuamente se educa a las personas mayores tanto en los talleres, como en las atenciones individuales, fomentando un rol activo y protagónico en cada uno de sus procesos de intervención, promoviendo su empoderamiento y la importancia de activar redes familiares o de apoyo cercanas.

Identifique y describa cómo se ha desarrollado el proceso de ingreso de los adultos mayores al Centro Diurno, considerando desde el momento de contacto con la persona mayor, hasta la firma del acuerdo de incorporación. La idea es proporcionar insumos para la revisión del flujo de ingreso de los beneficiarios al centro.

ETAPA I: ANTES DEL INGRESO

1. Coordinación de Entrevista de Evaluación

De acuerdo con el orden establecido en la planilla de lista de espera, se toma contacto telefónico con la persona mayor o con su referente afectivo, para coordinar la fecha y hora de la entrevista de evaluación para el ingreso al Centro Diurno Referencial (CDR).

2. Recepción y solicitud de documentación

La persona mayor es recibida en las dependencias del CDR por la Secretaría Administrativa, quien hace recepción y copia de los documentos solicitados (Cartola de RSH y Cedula de identidad), para posteriormente ser entregados al evaluador.

3. Inicio de la Entrevista

El profesional encargado de la entrevista de evaluación realiza una presentación general del funcionamiento del centro. (Jornadas y horarios, actividades principales, carácter transitorio del plan de intervención, presentación del equipo transdisciplinario, entre otros)

4. Verificación de Voluntariedad

Una vez que la persona mayor ha sido informada sobre el funcionamiento general del centro, se le consulta acerca de su participación voluntaria en el proceso, dejando claro que esta es completamente libre y puede finalizar en cualquier momento.

5. Antecedentes del postulante

Durante la entrevista, se aplica la Ficha de Ingreso a Centros Diurnos (Anexo 1), con el objetivo de conocer los antecedentes generales de la persona mayor: datos personales, redes primarias y comunitarias, antecedentes de salud, intereses y otros aspectos relevantes.

6. Evaluación del Nivel de Dependencia

Se aplican las siguientes herramientas para evaluar el grado de autonomía de la persona mayor: Índice de Barthel y test de Memoria Acortado de Pfeiffer.

Importante señalar que, de observar un relato aprendido o preparado respecto a sus respuestas en el test de Pfeiffer se procederá a aplicar la Prueba MEFO a fin de garantizar la legitimidad del proceso.

7. Determinación de Elegibilidad

- Si la persona mayor cumple con el perfil de ingreso y mantiene su voluntad de participar, se informa su aceptación formal al CDR. En este momento, se coordinan tanto el día de

asistencia autónoma del usuario como el día de traslado interno desde el CDR. (sujeto a revisión de disponibilidad de cupos de traslado)

- Si no cumple con el perfil de ingreso, se da por finalizado el proceso, entregando orientación sobre otros dispositivos o servicios más adecuados a sus necesidades.

8. Casos Especiales

Si durante la evaluación se detectan factores de riesgo como:

- Actitud o conducta hostil.
- Antecedentes severos de salud mental.
- Procesos judiciales o penales en curso.

El ingreso será pausado y quedará sujeto a una evaluación por parte del equipo técnico, para asegurar que la persona mayor cumpla perfil de ingreso. Durante este proceso, el evaluador deberá proporcionar la mayor cantidad de información posible sobre la entrevista de evaluación, a fin de que el equipo pueda determinar en conjunto si la persona mayor ingresa o no al CDR.

9. Consentimiento Informado

- Se entrega el documento de Consentimiento Informado de Incorporación al Centro para que la persona mayor pueda leerlo. En caso de que presente dificultades visuales o sea analfabeta, será el entrevistador quien procederá a leer el documento en voz alta
- Este debe ser firmado por la persona mayor y la Dirección técnica.

10. Entrega de Documentación Legal y Normativa

- Se realiza entrega de la Carta de Derechos y Deberes a la persona mayor.
- Se entrega una copia del Reglamento Interno, explicando sus puntos más relevantes: Horarios y jornadas, Periodo de intervención, Asistencia al centro etc...

Este documento debe ser firmado por la persona mayor y la directora técnica.

11. Cierre de la Entrevista y Entrega de Antecedentes

Finalizada la entrevista, se recopilan todos los documentos y se remiten a la Secretaría Administrativa para confeccionar su carpeta o ficha de ingreso.

12. Evaluación de Traslado y Confirmación de Participación

- Posterior a la entrevista de evaluación, la secretaria administrativa junto al evaluador, determinarán los días de asistencia de la persona mayor al CDR, en función de su sector de

residencia (norte o sur), coordinando el traslado de acuerdo con la disponibilidad de movilización desde el CDR y del propio usuario.

- Una vez confirmada la disponibilidad, el evaluador se contactará vía telefónica con la persona mayor o su referente afectivo para de esta manera formalizar el día de ingreso al CDR.

ETAPA II: DURANTE EL INGRESO

1. Recepción Inicial y presentación del Centro

Una vez finalizado el control de signos vitales de la persona mayor, la directora técnica será la responsable de recibir y dar la bienvenida al nuevo usuario. Se presentará indicando su nombre, cargo o función, y explicará, en un lenguaje claro, los procesos que se llevarán a cabo durante su primera semana de ingreso al CDR.

2. Recorrido por el Establecimiento

En esta etapa, la directora técnica o algún integrante del equipo psicosocial acompañará a la persona mayor en un recorrido por las instalaciones del CDR, explicándole las actividades que se llevan a cabo en cada uno de los espacios.

3. Inicio de actividades

Una vez finalizado el recorrido por el centro, se informa a la persona mayor sobre su grupo de taller asignado y las actividades que realizará durante el día. En este punto, pasará a la sala de estar, donde será presentado de forma general al grupo de usuarios y permanecerá a la espera de su primera actividad como usuario del CDR.

4. Digitalización de Documentos

En un plazo de 24 horas hábiles, la Secretaría Administrativa digitalizará la documentación de ingreso y la enviará al correo institucional del CDR como respaldo, así como al correo de la Dirección.

5. Envío al Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA)

La Dirección reenviará la documentación digitalizada al SENAMA, dirigida al correo de la profesional encargada del programa, quien subirá la información correspondiente a la plataforma virtual del servicio.

Describe las atenciones individuales que se han desarrollado en el centro de día. (incorpore tantas celdas como sea necesario).

Nombre de la atención	Objetivo	Descripción (descripción de las sesiones, duración de las sesiones, n° de participantes)	Profesional Responsable
Control de Signos Vitales (CSV)	Monitorear y registrar parámetros básicos de la persona mayor con el propósito de evaluar su estado hemodinámico y detectar precozmente alteraciones clínicas.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: El control de signos vitales se realiza al ingreso de cada jornada y en la sala de Enfermería. Considera la medición de presión arterial, frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria, temperatura, glicemia capilar y evaluación del dolor. • Duración de la sesión: Cada control de signos vitales tiene una duración de 5 minutos en promedio por cada persona mayor asistente a CDR. • Nº de atenciones: Se realizan 646 atenciones. 	TENS
Valoración Gerontogerítrica Integral (VGI)	Recoger y registrar signos vitales y datos antropométricos de la persona mayor como parte de la VGI, contribuyendo a proporcionar información actualizada al área de Enfermería.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: La VGI se realiza cuando exista el ingreso de una nueva persona mayor al CDR y en la sala de Enfermería. Se considera el control de signos vitales (presión arterial, frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria, temperatura, glicemia capilar, evaluación del dolor) y antropometría (peso, talla y circunferencia de cintura). • Duración de la sesión: Cada VGI tiene una duración de 10 minutos en promedio por cada ingreso nuevo de persona mayor. 	TENS

		<ul style="list-style-type: none"> • Nº de atenciones: Se realizan 24 atenciones. 	
Atención Programada	Individual Ejecutar atención individual programada con el fin de obtener información que permita evaluar y monitorear el estado de salud de la persona mayor.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: La atención individual se realiza según necesidades pesquisadas en la persona mayor en la sala de Enfermería. Considera la ejecución de: antropometría mensual y actividad educativa de prevención y promoción en salud. • Duración de la sesión: Cada atención individual tiene una duración desde 15 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan 141 atenciones. 	TENS
Atención Espontánea	Individual Ejecutar atención individual espontánea con el fin de obtener información sobre necesidades emergentes en la persona mayor.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: La atención individual se realiza según solicitud espontánea de información u orientación en salud, o necesidades de la persona mayor en la sala de Enfermería. En caso de no ser resuelta a través del área de Enfermería, es derivada al área correspondiente. • Duración de la sesión: Cada atención individual tiene una duración desde 10 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan 35 atenciones. 	TENS
Seguimientos	Realizar seguimiento sistemático y continuo del estado de salud de la persona mayor, con el fin de identificar eventuales cambios y optimizar el bienestar integral.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Los seguimientos se realizan según necesidades pesquisadas en la persona mayor y/o inasistencias reiteradas y/o derivadas desde profesionales del CDR, mediante contacto telefónico. • Duración de la sesión: Cada seguimiento tiene una duración desde 15 minutos en promedio por cada persona mayor. 	TENS

		<ul style="list-style-type: none"> • Nº de atenciones: Se realizan 46 atenciones. 	
Derivaciones	Garantizar la identificación oportuna de condiciones clínicas que requieran evaluación o intervención específica, permitiendo continuidad y calidad del cuidado en la persona mayor.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Las derivaciones se realizan según necesidades pesquisadas en la persona mayor en la sala de Enfermería. Considera la derivación interna (hacia profesionales del CDR) y externa (hacia el domicilio de la persona mayor y/o red de salud cercana). • Duración de la sesión: Cada derivación tiene una duración desde 15 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan 26 atenciones. 	TENS
Aplicación Protocolos de Atención	Implementar protocolos de atención establecidos, con el propósito de estandarizar procedimientos, garantizar la seguridad de la persona mayor y asegurar una atención oportuna, eficiente y de calidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: La aplicación de protocolos de atención se realiza según necesidades pesquisadas en la persona mayor y/o derivadas desde profesionales del CDR y/o por consulta espontánea durante actividades en el CDR. Considera los protocolos de mayor utilización: emergencias médicas (y derivación de urgencia); primeros auxilios psicológicos, entre otros. La atención se ejecuta en la sala de Enfermería. • Duración de la sesión: Cada aplicación de protocolos de atención tiene una duración desde 20 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan 6 atenciones. 	TENS
Atención Familiar y/o Referentes Afectivos	Brindar orientación y entrega de información a la familia y/o referentes afectivos, con el fin de	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: La atención familiar o de referentes afectivos se realiza según necesidades pesquisadas por la persona mayor y/o derivadas desde profesionales del CDR y/o por consulta espontánea. 	TENS

	promover la participación en los procesos de atención con la persona mayor.	<p>Mediante atención en la sala de Enfermería o contacto telefónico, abordando diversas temáticas de salud según interés.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: Cada atención familiar o de referentes afectivos tiene una duración desde 10 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan 3 atenciones. 	
Evaluación de Ingreso CDR	Realizar el proceso de evaluación respecto al perfil de ingreso de la persona mayor al CDR.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: A partir de la aplicación de pautas estandarizadas (Test de Pfeiffer y Barthel) de ingreso, permite evaluar funcionalidad de la persona mayor cumpliendo con los requisitos de ingresos. La atención se ejecuta en la sala de Enfermería. • Duración de la sesión: Cada atención de postulación a CDR tiene una duración desde 45 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan 2 atenciones. 	TENS
Control de Signos Vitales (CSV)	Monitorear y registrar parámetros vitales de la persona mayor con el propósito de evaluar su estado hemodinámico y detectar precozmente alteraciones clínicas.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: El control de signos vitales se realiza al ingreso de cada jornada y en la sala de Enfermera. Considera la medición de presión arterial, frecuencia cardiaca, saturación de oxígeno, temperatura, glicemia capilar (a usuarios con diabetes, una vez a la semana o según necesidad). • Duración de la sesión: Cada control de signos vitales tiene una duración de 5 minutos en promedio por cada persona mayor asistente a CDR. 	Enfermera

		<ul style="list-style-type: none"> • Nº de atenciones: Se realizan 214 controles de signos vitales. 	
Valoración gerontogeriátrica integral (VGI)	Valorar el estado de salud actual de la persona mayor al momento de su ingreso, para generar un plan de atención individual.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza Valoración Gerontogeriátrica Integral de Enfermería a usuarios nuevos, en los meses abril, mayo y junio de 2025. Que consiste en la aplicación de cuestionario de incontinencia urinaria ICIQ-SF, Escala de Norton en personas en silla de ruedas, revisión de antecedentes médicos y/o solicitud, explicación protocolo control de signos vitales, examen físico general y segmentario, calculo IMC, consejería. • Duración de la sesión: la atención tiene una duración aproximada de 45 minutos. • Nº de atenciones: se realizan 24 VGI de enfermería. 	Enfermera
Atención individual agendada	Dar atención necesaria para favorecer la salud del usuario, con énfasis en el autocuidado en salud.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Durante los meses abril, mayo y junio de 2025, se realizan atenciones individuales a usuarios, según necesidad y pesquisa como preparación de pastillero semanal, educación de patologías descompensadas, educación de tratamiento farmacológico, evaluación y educación de cuidado de varices, aplicación de Escala de Norton en usuarios de silla de ruedas, control de triglicéridos capilares, colesterol total capilar y educación de dislipidemia, curaciones pesquisadas en CDR, para luego ser derivadas a establecimiento de salud correspondiente. 	Enfermera

		<ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: 45 minutos cada sesión o 15 minutos en caso de control de triglicéridos y educación de Dislipidemia. • Nº de atenciones: durante los meses abril, mayo y junio de 2025 se realizan 65 atenciones individuales. 	
Atención individual espontánea	Brindar apoyo a usuarios según sus necesidades, en horario que lo requieran, dentro de horario laboral.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realizan gestiones para diferentes usuarios en modalidad presencial o vía telefónica, los meses de abril, mayo y junio de 2025. Atenciones de acuerdo con sus necesidades, como derivaciones a servicio de urgencia o CESFAM, consulta por estado de salud, consejerías, orientación sobre cuidados en domicilio sobre salud, orientación sobre tramites según demanda, educación de fármacos, revisión de exámenes y educación, entre otros. Además, actualización de fichas forms y hojas de enfermería con antecedentes médicos nuevos de usuarios. • Duración de la sesión: Cada atención espontánea tiene una duración aproximada de 15 a 30 minutos, dependiendo de atención. • Nº de atenciones: Se realizan 39 atenciones espontáneas. 	Enfermera
Atención familiar o de referente afectivo	Brindar orientación y entrega de información a familiares y/o referentes afectivos, con el fin de promover la participación en los procesos de	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: La tención familiar o de referente afectivo, se llevó a cabo, durante los meses abril, mayo y junio de 2025, en sala de enfermera de forma presencial o telefónica, de acuerdo a las 	Enfermera

	atención con la persona mayor y resolver inquietudes.	<p>necesidades pesquisadas o derivadas desde otras áreas o según solicitud de familiar y/o referente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: la duración de la atención depende de cuál sea y según el objetivo, siendo de 10 minutos o más. • Nº de atenciones: Se realizan 16 distintas atenciones familiares y/o de referentes afectivos. 	
Derivaciones	Garantizar la atención oportuna de condiciones de salud que requieran evaluación o intervención específica, permitiendo continuidad y calidad del cuidado en la persona mayor.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza derivación de usuarios según necesidad a sus hogares, servicio de atención de salud o a otros profesionales de CDR, durante abril, mayo y junio de 2025. Además, se incluyen las derivaciones según flujograma de enfermería a Nutricionista, en caso de alteración de IMC o Kinesióloga, en caso de alteración de Cuestionario de incontinencia urinaria ICIQ-SF a usuarios evaluados hasta 21 de abril de 2025. • Duración de la sesión: Cada derivación de usuarios tiene una duración aproximada de 15 minutos. • Nº de atenciones: 4 usuarios derivados, derivación a Nutricionista 14 (por alteración IMC) y Kinesióloga 13 (por alteración cuestionario incontinencia urinaria ICIQ-SF). 	Enfermera
Evaluación de Ingreso CDR	Realizar el proceso de evaluación respecto al	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: A partir de la aplicación de pautas estandarizadas (Test de Pfeiffer y I. Barthel) de ingreso, permite evaluar funcionalidad de la persona 	Enfermera

	perfil de ingreso de la persona mayor al CDR.	<p>mayor cumpliendo con los requisitos de ingresos. La atención se ejecuta en la sala de Enfermera.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: Cada atención de postulación a CDR tiene una duración desde 45 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan 3 evaluaciones de ingreso. 	
Valoración gerontogeriatrica integral (VGI)	Valorar la Capacidad Funcional de los Usuarios del CDR Gülamtun, a través de la Evaluación Kinésica	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza Evaluación Kinésica de Ingreso como parte del proceso de Valoración Geriátrica Integral del CDR Gülamtun. Como parte de la evaluación se realiza: Entrevista clínica, Aplicación Cuestionarios (MSHAQ, FRAIL, SARCF), Examen Físico Kinesiológico, Evaluación de la condición física del usuario a través de diversas pruebas (SPPB, SFT), Evaluación del equilibrio (EU, TUG, Tinetti), Evaluación de la fuerza muscular y la marcha en la persona mayor. • Duración de la sesión: La evaluación kinésica tiene una duración aproximada de 45 minutos. • Nº de atenciones: Se realizaron un total de 16 VGI desde el área de kinesiología 	Kinesióloga

Atención agendada	Individual	Realizar intervención ya se de carácter preventivo o rehabilitador según necesidad a Usuarios del CDR Gülamtun	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza Atención Individual de Kinesiología a usuarios del CDR Gülamtun de acuerdo a las necesidades que presentan según patologías crónicas, agudas y comorbilidades, las atenciones se realizan de carácter presencial. Todas estas acciones tienen como objetivo mantener condiciones propias de la funcionalidad • Duración de la sesión: La atención individual programada tiene una duración aproximada de 45 minutos. • Nº de atenciones: se realizan un total de 138 atenciones individuales programadas desde el área de kinesiología. 	Kinesióloga
Atención espontánea	Individual	Realizar atenciones a los usuarios del CDR Gülamtun según demanda espontanea.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realizan atenciones espontánea a los usuarios según la necesidad que presenten en el momento, todo esto según los requerimientos de cada usuario, se realiza atención principalmente para orientación sobre patologías músculo esquelética y respiratorias, manejo del dolor, u orientaciones post caídas, etc. • Duración de la sesión: La atención individual espontánea tiene una duración aproximada de 45 minutos. • Nº de atenciones: Se realizan un total de 14 atenciones individuales de carácter espontáneas desde el área de kinesiología. 	Kinesióloga
Atención familiar o referente afectivo.	o	Realizar atenciones a los familiares o RA de los	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza contacto telefónico a RA o Familiares de nuestros usuarios , según sea la 	Kinesióloga

	usuarios pertenecientes al CDR Gülamtun con el objetivo de realizar seguimiento u orientación sobre los procesos de los usuarios.	<p>necesidad por consulta espontánea o previamente planificado. Se entregan orientaciones y /o recomendaciones sobre diversas temáticas solicitadas por los RA.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: La atención a los familiares o RA tiene una duración entre 30 y 45 minutos según necesidad y gestiones realizadas. • Nº de atenciones: Se realiza un total de 2 atenciones a RA desde el área de kinesiología 	
Adaptación y educación sobre uso de ayudas técnicas.	Realización de adaptación y educación sobre uso de ayudas técnicas según necesidad de cada usuario.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: En este ítem se califican otras prestaciones realizadas a los usuarios como por ejemplo adecuaciones de ayudas técnicas o educación del uso de ayuda técnicas. • Duración de la sesión: La atención para adecuación y educación sobre uso de ayudas técnicas tiene una duración aproximada de 45 minutos. • Nº de atenciones: Se realiza un total de 2 adaptaciones y educación sobre el uso de AT. 	Kinesióloga
Visita Domiciliaria a usuarios pertenecientes al CDR.	Realización de visitas domiciliarias a usuarios con la finalidad de evaluar estado de salud, realizar reevaluación kinésica e	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realizan visitas domiciliarias a nuestros usuarios con la finalidad de poder evidenciar estado de salud de nuestros usuarios y evaluar posibles requerimientos desde el área kinésica, para ello en los casos que sean necesarios se aplican pautas de evaluación 	Kinesióloga

	intervenciones individuales.	<p>específicas del área, además de aprovechar la instancia para realizar atenciones individuales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: Entre 45 y 60 minutos por visita- • Nº de atenciones: Se realiza un total de 2 Visitas domiciliarias desde el área. 	
Evaluación de Ingreso CDR	Realizar el proceso de evaluación respecto al perfil de ingreso de la persona mayor al CDR.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: A partir de la aplicación de pautas estandarizadas (Test de Pfeiffer y Barthel) de ingreso, permite evaluar funcionalidad de la persona mayor cumpliendo con los requisitos de ingresos. Duración de la sesión: Cada atención de postulación a CDR tiene una duración desde 45 minutos por cada persona mayor. • Nº de atenciones: Se realizan a atención 	Kinesióloga.
Valoración gerontogeriátrica integral (VGI)	Valorar el desempeño ocupacional de la persona mayor	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se desarrolla Valoración Geriátrica integral de Terapia Ocupacional como parte del ingreso de la persona mayor a través de una entrevista semi estructurada, la que se enfoca principalmente en el desempeño ocupacional significativo. Esto incluye la recopilación de antecedentes clínicos relevantes, recopilación del componente de la persona, ocupación y ambiente, evaluación de las actividades de la vida diaria instrumentales, evaluación de lista de chequeo de ayudas 	Terapeuta Ocupacional

			<p>técnicas y evaluación del desempeño ocupacional con la Medida Canadiense del Desempeño Ocupacional. A ello se suman las reevaluaciones de usuarios con más de 6 meses en el CDR.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: La duración de la evaluación de Terapia Ocupacional tiene una duración aproximada de 45 minutos. • Nº de atenciones: 16 Valoraciones Geriátricas Integrales y reevaluaciones a usuarios del CDR 	
Atención agendada	Individual	Mejorar el desempeño ocupacional de la persona mayor	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza atención individual a la persona mayor de acuerdo con la priorización de antecedentes pesquisados en la valoración geriátrica integral, además de derivaciones de otras áreas del CDR. Las que se centran en la mejora de actividades de la vida diaria básica e instrumentales, desempeño de áreas de satisfacción e interés de la persona mayor, mejora de destrezas cognitivas y estrategias ambientales para el mejoramiento de su desempeño ocupacional satisfactorio. • Duración de la sesión: La duración de la atención individual agendada es de 45 minutos. • Nº de atenciones: 55 atenciones individuales programadas. 	Terapeuta Ocupacional
Atención espontánea	Individual	Responder a consultas espontaneas de las	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se desarrolla atención individual espontánea a personas mayores que se acercan de 	Terapeuta Ocupacional

	personas mayores del CDR	<p>manera espontánea con una necesidad, las que por lo general se relacionan a la contención emocional, demanda de estimulación cognitiva u orientaciones en el hogar.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: La duración de la atención individual espontanea es de 45 minutos • Nº de atenciones: 7 atenciones espontáneas 	
Atención familiar o referente afectivo.	Fortalecer vínculo con referentes afectivos de las personas mayores, además de resolver y/o acompañar en demandas de estos.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Atenciones destinadas a educación a referentes afectivos y/o cuidadores de las personas mayores participantes del CDR. Se entrega información de los procesos al interior del dispositivo, además de informar de la metodología y enfoques de trabajo. Se entregan atenciones a referentes según necesidad. Se considera la participación de referente afectivo en talleres destinados a cuidadores y prevención de sobrecarga de los mismos. • Duración de la sesión: La duración de la atención familiar o de referente afectivo es de 45 minutos. • Nº de atenciones: 19 atenciones a referentes y/o cuidadores de usuarios del CDR 	Terapeuta Ocupacional
Derivaciones	Realizar derivaciones de personas mayores a profesional competente al área de requerimiento.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se desarrollan derivaciones a profesionales del CDR. Derivaciones se gestionan según levantamiento de información en la recolección de antecedentes de la persona mayor, en los casos que se pesquise una necesidad relacionada al área, se deriva. 	Terapeuta Ocupacional

		<ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: La duración de las derivaciones es aproximadamente de 20 minutos. • Nº de atenciones: 4 derivaciones 	
Valoración gerontogeriátrica integral (VGI)	Delimitar el nivel de vulnerabilidad y vinculación social que presenta la persona mayor.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se desarrollan Valoraciones Geriátricas Integrales de las personas mayores, a fin de poder generar un eficiente diagnóstico social, y por medio de este, poder establecer los mecanismos o líneas de intervención de cada usuario. Algunas de las áreas abordadas durante las VGI son: Estructura dinámica y relaciones familiares, redes de vinculación sectoriales, delimitación de referentes o figuras significativas del usuario, contexto socioeconómico, entre otros. • Duración de la sesión: 45 minutos aprox • Nº de atenciones: Durante los meses de abril, mayo y junio se realizaron un total de 29 VGI desde el área de Trabajo Social 	Trabajo Social
Atención Individual agendada	Indagar e intervenir en aquellas dificultades que presenta el usuario respecto a su contexto psicosocial.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se establecen atenciones individuales por medio de entrevistas semi estructuradas con los usuarios, las que surgen a partir del levantamiento de necesidades o diagnóstico social arrojado intermedio de la valoración geriátrica integral (VGI) de la persona mayor, lo que permite poder indagar con mayor detalle aquellos aspectos o áreas problemáticas del usuario, en post de poder intervenir profesionalmente, logrando de esta forma intervenir en base a la disciplina de trabajo 	Trabajo Social

		<p>social en líneas tales como: la mediación y encuadre desde el funcionamiento y dinámica familiar, promoción y vinculación con redes territoriales, educación y postulación de programas y beneficios sociales, entre otros.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: 45 minutos • Nº de atenciones: Las atenciones individuales desde de Trabajo Social, fueron un total de 33. 	
Atención Individual espontánea	Resolver consultas espontáneas	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se desarrollan espacios espontáneos de resolución de problemáticas de las personas mayores, dando solución, orientando y guiando diferentes procesos de atención desde Trabajo Social. • Duración de la sesión: 20 minutos aprox. • Nº de atenciones: En los meses de abril, mayo y junio del año 2025 se desarrollaron un total de 37 consultas espontáneas. 	Trabajo Social
Atención familiar o referente afectivo.	Orientar y educar respecto a los objetivos de intervención llevados a cabo desde Trabajo Social.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se establece vínculo con familiares, amigos, cuidadores y/o referentes afectivos de las personas mayores pertenecientes al Centro de Día Referencial del Adulto Mayor. El contexto que se desarrolla en la actualidad ha beneficiado el vínculo con las redes más cercanas de nuestros usuarios. Desde trabajo social es fundamental poder mantener una comunicación constante y fluida con estos referentes, en post de mantener un control de los roles y relaciones 	Trabajo Social

		<p>familiares del usuario, sirviendo a su vez de mediador en diferentes aspectos problemáticos dentro de la dinámica familiar y generando encuadres cuando los objetivos o líneas de intervención se están incumpliendo. A su vez también se orienta y entrega información respecto a la oferta disponible de redes territoriales y beneficios sociales vinculados a la persona mayor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: 45 minutos aprox • Nº de atenciones: Durante los meses de abril, mayo y junio del año 2025, se realizaron un total de 11 atenciones a referentes afectivos. 	
Derivaciones	Proporcionar a las personas mayores el acceso a diferentes servicios especializados.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Informar la situación particular de un usuario a fin de que otro profesional desde su disciplina pueda intervenir con sus competencias propias, tanto de forma externa con los distintos dispositivos territoriales, como de manera interna con parte del equipo transdisciplinario del Centro Diurno Referencial Gulamtun. • Duración de la sesión: 20 minutos • Nº de atenciones: En los meses de abril, mayo y junio del año 2025 se desarrollaron un total de 9 derivaciones. 	Trabajo Social
Visitas Domiciliarias	Evaluación habitacional y reevaluación de estructura y dinámica familiar.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Desde Trabajo Social se realizan diversas visitas domiciliarias de los usuarios del CDR, a fin de poder evaluar las condiciones habitacionales del 	Trabajo Social

		<p>domicilio y conocer de primera fuente la dinámica, estructura y relaciones familiares.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: 1 hora aprox. • Nº de atenciones: En los meses de abril, mayo y junio del año 2025 se desarrollaron 4 visitas domiciliarias. 	
Evaluación de Ingreso	Proceso de evaluación respecto al perfil de ingreso de la persona mayor	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza proceso de evaluación por intermedio de entrevistas semi estructuradas, a fin de evaluar si la persona mayor cumple con los requisitos de ingreso hacia el centro diurno referencial, considerando su nivel de funcionalidad y vulnerabilidad social. • Duración de la sesión: 45 minutos aprox • Nº de atenciones: En los meses de abril, mayo y junio del año 2025 se desarrollaron un total de 14 Evaluaciones de Ingreso. 	Trabajo Social
Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Diseñar un plan de atención individual conociendo el estado de salud del usuario	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza Evaluación Nutricional de Ingreso como parte del proceso de Valoración Geriátrica Integral del CDR Gülamtun. Dentro de la evaluación se aplica: Entrevista clínica, Aplicación de Mini Nutritional Assessment (MNA), Examen físico general y segmentario, revisión de antecedentes médicos, antropometría y educación nutricional. • Duración de la sesión: 45 minutos • Nº de atenciones: 21 Valoraciones Geriátricas Integrales a usuarios del CDR 	Nutrición

Atención agendada	individual	Realizar intervención preventiva para favorecer la salud del usuario con enfoque en educación nutricional	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se establecen atenciones individuales mediante valoración completa del estado nutricional, las que surgen a partir del levantamiento de necesidades o pesquisadas de la valoración geriátrica integral (VGI) de la persona mayor. Se analiza el historial médico, hábitos alimentarios, composición corporal y análisis de exámenes bioquímicos. Además, se elabora plan de alimentación personalizado según sus requerimientos y objetivos. Se proporciona información educativa acorde a sus necesidades. • Duración de la sesión: 45 minutos • Nº de atenciones: 11 atenciones individuales programadas. 	Nutrición
Atención espontanea	individual	Entregar herramientas nutricionales y educativas a usuarios según sus necesidades en el horario que lo requieran.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se desarrollan espacios espontáneos de resolución de problemáticas de las personas mayores, dando solución, orientando y guiando de acuerdo con sus necesidades, revisión de exámenes bioquímicos, consejería y educación nutricional. • Duración de la sesión: 45 minutos aprox. • Nº de atenciones: 3 atenciones individuales espontaneas 	Nutrición
Derivaciones		Garantizar que los usuarios pertenecientes al CDR reciban atención integral de calidad	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se indagan necesidades de los usuarios mediante atenciones, en las cuales requiere intervención por parte de otros profesionales del equipo. Se hace entregando antecedentes personales, médicos, 	Nutrición

		<p>nutricionales y sociales del usuario al profesional según lo requiera.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: • Nº de atenciones: 6 derivaciones 	
Valoración gerontogeriatrica Integral	Determinar si existe alguna dimensión desde el punto de vista psicoafectivo y cognitivo que pudiese ser objeto de intervención por parte del área de psicología.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Generalmente se divide en dos sesiones. En primera instancia se genera una entrevista semiestructurada donde se busca conocer aquellos aspectos de su historia de carácter significativo así mismo las personas importantes a lo largo de su infancia y juventud. Posteriormente se busca recabar misma información, pero desde la vida adulta hasta la actualidad. Se genera el genograma y se aplica la pauta MMSE para saber si existe o no, deterioro cognitivo. En una segunda sesión se clarifica información respecto de la primera entrevista y se aplican Yesavage (pauta de sintomatología depresiva), Goldberg (pauta para dar cuenta de sintomatología ansiosa) y Epworth (escala de somnolencia) • Duración de la sesión: 45 minutos por sesión • Nº de atenciones: 28 evaluaciones 	Psicología
Atención Individual/Programada	Propiciar bienestar psicoafectivo a través de la contención o elaboración de alguna problemática que afecta a la persona mayor a nivel emocional	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Por lo general la atención individual desde el área psicológica tiene un curso de escucha activa en primera instancia para posteriormente proceder con técnicas de intervención psicológica que busquen clarificar, orientar e incorporar mecanismos que generen bienestar psicoafectivo. En algunos casos se requiere de procesos de mentalización cuando el 	Psicología

		<p>malestar está dado en la interacción con terceras personas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: la sesión puede variar desde los 30 a 45 minutos • Nº de atenciones: 45 Atenciones 	
Atención con Referente Afectivo (RA)	Favorecer el proceso terapéutico de la persona mayor con el centro día	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Dicha intervención puede tener el carácter o presencial y se puede dar de manera espontánea o previamente coordinada, cuya finalidad es favorecer el proceso de la persona mayor en el centro, orientando a los RA, respetando en todo momento la confidencialidad con la que se trabaja con los(as) usuarios(as). En ningún caso se abordan aspectos que hayan sido sujeto de intervención psicológica a menos que dicho contenido implique el riesgo de la integridad del usuario(a). Por otra parte se generan orientaciones de cómo generar un buen acompañamiento en las diferentes experiencias y formas de envejecer. • Duración de la sesión: 30 a 45 minutos. • Nº de atenciones: 7 	Psicología
Atención Psicológica Espontánea	Responder de manera eficiente a requerimientos desde el área psicoafectivas, ya sea en contexto de contención, orientación y por último derivando al profesional idóneo en caso de ser necesario.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Este tipo de atención se dan en contexto donde la persona mayor de manera espontánea solicita una orientación, contención o atención psicológica. Puede ser la misma persona mayor o una derivación interna del centro por parte de otro profesional que detecta la necesidad de intervención desde el área. Por lo general estas instancias buscan clarificar información que pudiese dar cuenta de malestar psicoafectivo y podría ser el primer paso para iniciar un proceso de acompañamiento, seguimiento o 	Psicología

		<p>eventualmente puede sólo requerir la intervención solicitada en el momento y una eventual orientación para responder de manera idónea a lo que aqueja psicológicamente.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: la sesión puede variar desde los 20 a 30 minutos • N.º de atenciones: 15 atenciones espontáneas 	
Seguimientos desde área de psicología.	Monitorear el estado psicoemocional de aquellos usuarios que por razones de fuerza mayor, han tenido que suspender su participación en el centro por un tiempo.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Se realiza contacto con usuario buscando dar cuenta de su estado actual, se realiza una escucha activa y se generan orientaciones buscando dar respuesta a algunas de las necesidades levantadas. En caso de ser necesario se genera derivación interna toda vez que alguno de los requerimientos por parte del usuario, pueda ser respondido de manera más idónea por parte de otra área de intervención. • Duración de la sesión: 15 a 20 minutos • Nº de atenciones: 18 seguimientos 	Psicología
Postulaciones de Ingreso	Evaluar si la persona mayor postulante cumple con los criterios de ingreso a programa	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de la sesión: Durante este proceso se realiza una pequeña entrevista semiestructurada a la persona mayor postulante, para dar cuenta de qué tanto sabe del centro al cuál está solicitando participar. En dicha entrevista se busca clarificar tanto la información que maneja la persona mayor (y referente en caso de ser necesario) y una vez la persona se muestra interesada en participar de manera voluntaria. Se procede a la aplicación de las pautas para dar cuenta de la funcionalidad y reunir los antecedentes como la ficha de ingreso, RSH, firma de documentos etc. 	Psicología

		<ul style="list-style-type: none"> • Duración de la sesión: 45 minutos aproximadamente • N° de atenciones: 8 	
--	--	--	--

JUNTE EN FORMATO DIGITAL, ALGÚN MEDIO DE VERIFICACIÓN DE LAS ATENCIONES REALIZADAS (FOTOGRAFÍA, LISTAS DE ASISTENCIA, ENTRE OTROS).

Describe los talleres que se han desarrollado en el centro de día. (incorpore tantas celdas como sea necesario)

Nombre del Taller	Objetivo	Descripción (indique funcionamiento general del taller, duración de las sesiones, n° de participantes)	Profesional Responsable
--------------------------	-----------------	---	--------------------------------

Taller Prevención de Caídas	Entregar estrategias con la finalidad de disminuir el riesgo de caídas en las personas mayores.	- Funcionamiento general del taller: Taller diseñado para las Personas Mayores con un alto índice de riesgo de caída. Se busca que los usuarios entrenen cualidades físicas y sensoriales que estén disminuidas a fin de lograr posiciones estáticas y dinámicas estables, así mismo mejorar reacciones protectoras. También se trabaja constantemente situaciones comunes relacionadas a las caídas sufridas por los usuarios a fin de dar estrategias y	Kinesióloga
------------------------------------	---	---	-------------

		<p>herramientas para no volver a caer o aprender a caer, así mismo como desde la intervención de posibles barreras arquitectónicas que pudiesen presentar en el hogar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Duración de las sesiones: 1 vez a la semana, con una una duración de 45 minutos cada sesión. - Nº de participantes: 15 participantes inscritos en el taller. 	
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> 			
<p>Taller Educativo Kinesiología</p>	<p>Entregar estrategias teórico-prácticas a los usuarios respecto a diversas temáticas con la finalidad de mejorar su calidad de vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: Se realizan sesiones teórico-prácticas, en donde se abordan diversas temáticas atinentes a los intereses de los usuarios como por ejemplo: uso correcto de ayudas técnicas y prevención de caídas, beneficios de la actividad física en la persona mayor, cambios fisiológicos en la persona mayor, etc. - Duración de las sesiones: 1 vez a la semana, con una una duración de 45 minutos cada sesión. - Nº de participantes: 15 participantes inscritos en el taller. 	<p>Kinesióloga</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p>			



Taller de Actividad Física y Gerontomotricidad

Mejorar condición física y Favorecer el desarrollo de aspectos psicomotrices en las personas mayores.

- Funcionamiento general del taller: Este taller está diseñado con la finalidad de integrar diversos aspectos del movimiento (como aspectos psicomotrices, equilibrio, control postural, etc), necesarios para asegurar un desempeño óptimo desde el punto de vista físico facilitando así la realización de las actividades de la vida diaria.
- Duración de las sesiones: 1 vez a la semana, con una una duración de 45 minutos cada sesión.
- Nº de participantes: 15 participantes inscritos en el taller.

Kinesióloga

Registro fotográfico:



<p>Taller de Estimulación de la Marcha</p>	<p>Disminuir alteraciones de la marcha secundarias a patologías favoreciendo así los desplazamientos de los usuarios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: Taller reducido donde se realizarán actividades enfocadas en favorecer el desplazamiento tanto intra como extra domiciliario de los usuarios que presenten alteración de la marcha secundaria a diversas patologías tanto neurológicas como músculo esqueléticas, para ello se se trabajarán diversos ámbitos como el fortalecimiento de miembro inferior, equilibrio estático y dinámico, propiocepción, control postural, etc. - Duración de las sesiones: 1 vez a la semana, con una una duración de 45 minutos cada sesión. - Nº de participantes: 5 participantes inscritos por taller. 	<p>Kinesióloga</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> <div style="text-align: center;">  </div>			
<p>Taller de Arteterapia</p>	<p>Mejorar espacios de ocio y tiempo libre de las personas mayores</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: El taller de arteterapia es un espacio terapéutico donde se utilizan diferentes formas de expresión artística (como pintura, utilización del cuerpo en el espacio o música) con el objetivo de favorecer el bienestar 	<p>Terapeuta Ocupacional</p>

		<p>emocional, social y psicológico de los participantes del CDR.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Duración de las sesiones: 2 veces a la semana, con una duración de 45 minutos cada sesión. - Nº de participantes: 15 personas mayores de acuerdo con distribución de talleres 	
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> <div style="text-align: center;">  </div>			
<p>Taller de Estimulación Cognitiva</p>	<p>Mejorar funciones cognitivas de las personas mayores para su desempeño ocupacional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: El propósito principal del taller cognitivo es estimular y preservar funciones cognitivas como la memoria, la atención, el lenguaje, el razonamiento, la percepción y la orientación, promoviendo al mismo tiempo la autonomía personal y la calidad de vida de las personas mayores participantes del CDR. - Duración de las sesiones: 2 veces a la semana, con una duración de 45 minutos cada sesión. - Nº de participantes: 15 personas mayores de acuerdo con distribución de talleres 	<p>Terapeuta Ocupacional</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p>			



<p>Taller de Vivifrail</p>	<p>Mejorar destrezas físicas a través de programa de ejercicios multicomponente diseñado para prevenir la fragilidad y las caídas de las personas mayores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: El taller de Vivifrail es un espacio para trabajar un programa de ejercicio físico multicomponente, diseñado para prevenir la fragilidad y las caídas en personas mayores. Se enfoca en mejorar la fuerza muscular, la resistencia cardiovascular, el equilibrio y la movilidad, adaptando los ejercicios a la capacidad funcional y el riesgo de caídas de cada persona mayor. El que busca mantener o aumentar la funcionalidad de las personas mayores, especialmente aquellas que están en riesgo de fragilidad o caídas, a través de un enfoque integral que combina diferentes tipos de ejercicios. - Duración de las sesiones: 2 veces a la semana, con una duración de 45 minutos cada sesión. - Nº de participantes: 15 personas mayores de acuerdo con distribución de talleres 	<p>Terapeuta Ocupacional</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p>			

			
Taller de Entrenamiento de AVD	<p>Mejorar desempeño ocupacional de la persona mayor relacionado a las actividades de la vida diaria básicas e instrumentales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: El taller de entrenamiento en actividades de la vida diaria, tiene como objetivo mejorar o recuperar la autonomía funcional de las personas mayores participantes del CDR en su vida cotidiana, a través de la práctica de habilidades básicas (como el aseo personal, el vestuario o la alimentación) e instrumentales (como cocinar, uso del teléfono, usar el transporte público o manejar dinero). - Duración de las sesiones: 2 veces a la semana, con una duración de 45 minutos cada sesión. - Nº de participantes: 15 personas mayores de acuerdo con distribución de talleres 	Terapeuta Ocupacional
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> <div style="text-align: center;">  </div>			

<p>Taller de Fitoterapia Aplicada (Acreditación UA)</p>	<p>Promover higiene, salud y bienestar biopsicosocial a través de la fabricación y utilización de productos fito cosméticos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: El taller permitió aprender el proceso de fabricación de roll-on (aromaterapia); fomentar la atención y memoria para comprender instrucciones, favorecer la creatividad de la persona mayor y el desarrollo de habilidad comunicativas y de trabajo en equipo. Fue ejecutado en sala multiuso de CDR. - Duración de las sesiones: El taller consideró 1 sesión: el martes 01 de abril de 2025 con una duración de 45 minutos. - Nº de participantes: 8 personas mayores. 	<p>TENS</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> 			
<p>Taller de Manualidades con Material Reciclado</p>	<p>Promover el desarrollo integral de la persona mayor a través de actividad manual basada en la reutilización de materiales reciclados.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: Se realiza taller enfocado en la fabricación de mariposas en material reciclado (botellas plásticas) promoviendo la motricidad, coordinación, trabajo en equipo y sociabilización. Fue ejecutado en sala multiuso de CDR. - Duración de las sesiones: El taller consideró 4 sesiones (08-04 / 13-05 / 15-05 / 20-05) con una duración de 45 minutos cada una. - Nº de participantes: Promedio de 10 personas mayores por sesión. 	<p>TENS</p>

Registro fotográfico:



Taller de Pintura en Loza

Promover el desarrollo integral de la persona mayor a través de actividad manual basada en la pintura en loza.

- **Funcionamiento general del taller:** Se realiza taller enfocado en la pintura en loza (platos blancos de servilletas y/o vasos), promoviendo la motricidad, creatividad, atención y seguimiento de instrucciones. Fue ejecutado en sala multiuso de CDR.
- **Duración de las sesiones:** El taller consideró 2 sesiones (10-04 / 15-04) con una duración de 45 minutos cada una.
- **Nº de participantes:** Promedio de 10 personas mayores por sesión.

TENS

Registro fotográfico:



Taller de Fitoterapia Aplicada

Promover el desarrollo integral de la persona

- **Funcionamiento general del taller:** El taller permitió aprender el proceso de fabricación de roll-on (aromaterapia), aceites de masajes y jabón

TENS

	<p>mayor a través de la fabricación y utilización de productos fito cosméticos.</p>	<p>sólido de glicerina; fomentar la atención y memoria para comprender instrucciones, favorecer la creatividad de la persona mayor y el desarrollo de habilidad comunicativas y de trabajo en equipo. Fue ejecutado en sala multiuso de CDR.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Duración de las sesiones: El taller consideró 6 sesiones: (17-04 / 22-04 / 22-05 / 27-05 / 03-06 / 05-06) con una duración de 45 minutos cada una. - Nº de participantes: Promedio de 13 personas mayores por sesión. 	
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> <div style="text-align: center;">  </div>			
<p>Taller de Estimulación Cognitiva</p>	<p>Promover el desarrollo integral de la persona mayor a través de actividades que fortalezcan las funciones cognitivas promoviendo autonomía y bienestar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: Se realiza taller enfocado al trabajo cognitivo con actividades de seguimiento de instrucciones, atención y concentración, memoria, música e imitación, juegos de mesa, resolución de problemas y pensamiento crítico. Fue ejecutado en sala multiuso de CDR. - Duración de las sesiones: El taller consideró 6 sesiones (24-04 / 29-04 / 06-05 / 08-05 / 29-05 / 10-06) con una duración de 45 minutos cada una. - Nº de participantes: Promedio de 10 personas mayores por sesión. 	<p>TENS</p>

Registro fotográfico:



Taller de Sonoterapia

Promover el desarrollo integral de la persona mayor a través de la utilización de vibraciones sonoras y música como medida terapéutica.

- **Funcionamiento general del taller:** Se realiza taller enfocado al trabajo sensorial y emocional para reducir niveles de estrés. Adicionalmente se utilizan técnicas de yoga en silla (adaptado), respiración consciente, meditación e imaginería. Fue ejecutado en sala multiuso de CDR.
- **Duración de las sesiones:** El taller consideró 3 sesiones (17-06 / 19-06 / 24-06) con una duración de 45 minutos cada una.
- **Nº de participantes:** Promedio de 10 personas mayores por sesión.

TENS

Registro fotográfico:



Taller de Uso de Hierbas Medicinales - Interdisciplinario	Reconocer, valorar y utilizar de forma segura las hierbas medicinales, promoviendo bienestar y calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none">- Funcionamiento general del taller: Se realiza taller para identificar las hierbas medicinales más relevantes y reconocer las propiedades organolépticas, sensoriales y medicinales de las hierbas medicinales seleccionadas. Adicionalmente se aprenden las formas de preparación líquidas de uso externo más comunes (tisana, infusión, decocción, macerado y tintura). Fue ejecutado en sala multiuso de CDR.- Duración de las sesiones: El taller consideró 4 sesiones (21-04 / 22-04 / 28-04 / 29-04) con una duración de 45 minutos cada una.- Nº de participantes: Promedio de 13 personas mayores por sesión	TENS Nutrición
<i>Registro fotográfico:</i>			



<p>Taller de Educación de Enfermería</p>	<p>Fomentar el autocuidado en salud en las personas mayores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Funcionamiento general del taller: Atención grupal, donde se realiza Taller de Educación de Enfermería de diversas temáticas, sobre patologías, cuidados y según intereses de usuarios o contingencia. Con modalidad teórica práctica según temática. En los meses de abril, mayo y junio se realizaron las siguientes temáticas: Varices y su cuidado, incontinencia urinaria y su cuidado, la piel y su cuidado, Autocuidado en salud: lavado de manos, salud bucal y cuidado de la prótesis dental, cuidado en el tratamiento farmacológico y la polifarmacia, cuidado de los pies y uñas. Procedimientos básicos de enfermería: (Hemoglucotest y su control, insulinoterapia y su control). - Duración de las sesiones: 1 vez por semana en 3 distintos grupos de usuarios. - Nº de participantes: 15 usuarios en lista en cada taller. 	<p>Enfermera</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p>			



<p>Taller de Educación Social</p>	<p>Generar conocimientos, reflexión y análisis crítico respecto a diversas temáticas vinculadas a personas mayores.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Funcionamiento general del taller:</u> Se realizan talleres grupales, con la finalidad de informar y educar respecto a diversas temáticas relevantes vinculadas a personas mayores, generando de esta forma mayores conocimiento, análisis crítico y reflexión en torno a estos temas de interés para los usuarios, tales como políticas públicas, derechos sociales de las personas mayores, habilidades sociales, entre otros. - <u>Duración de las sesiones:</u> 1 vez a la semana, con una duración de 45 minutos - <u>Nº de participantes:</u> 15 usuarios. 	<p>Trabajo Social</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> 			

<p>Taller de Servicios y Beneficios Sociales</p>	<p>Educar respecto a la oferta de ayudas y beneficios sociales disponibles</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Funcionamiento general del taller:</u> Taller expositivo donde se da a conocer la oferta disponible respecto a servicios y beneficios sociales, orientando respecto a requisitos y procesos de postulación tanto para personas mayores, como para también su núcleo familiar. - <u>Duración de las sesiones:</u> 1 vez a la semana, con una duración de 45 minutos. - <u>Nº de participantes:</u> 15 usuarios. 	<p>Trabajo Social</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> 			
<p>Taller de Redes Comunitarias</p>	<p>Educar respecto a la vinculación y oferta de redes territoriales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Funcionamiento general del taller:</u> Taller informativo respecto a la oferta de redes sectoriales correspondiente a la comuna de Temuco, a fin de poder aumentar la vinculación y participación social de las personas mayores pertenecientes al centro diurno referencial. - <u>Duración de las sesiones:</u> 1 vez a la semana, con una duración de 45 minutos. - <u>Nº de participantes:</u> 15 usuarios. 	<p>Trabajo Social</p>

<p><i>Registro fotográfico:</i></p> 			
<p>Taller alimentación sustentable</p>	<p>Brindar información sobre los principios de alimentación sustentable, la importancia para la salud y el medio ambiente</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Funcionamiento general del taller:</u> Taller expositivo - practico, donde los usuarios comprenden los beneficios físicos, psicológicos y nutricionales de fabricar y mantener un huerto vertical en casa, además de los alimentos que se pueden cultivar según la estacionalidad. Para posteriormente llevar a cabo la elaboración del huerto. - <u>Duración de las sesiones:</u> 1 vez a la semana, con una duración de 45 minutos. - <u>Nº de participantes:</u> 30 usuarios 	<p>Nutrición</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> 			

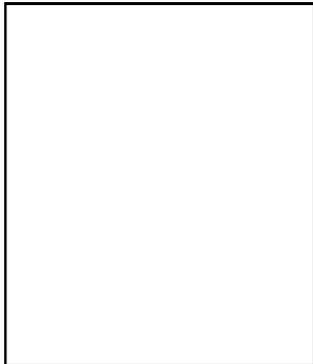
<p>Taller de alimentación consciente</p>	<p>Proporcionar herramientas y conocimientos necesarios para mejorar hábitos alimentarios y estado de salud</p>	<ul style="list-style-type: none"> - <u>Funcionamiento general del taller:</u> taller expositivo - practico, donde los usuarios reconocen los diferentes elementos de una etiqueta nutricional, aprenden a leer y comprender la información básica del etiquetado de los alimentos. Para posterior a ello, realicen actividades practicas aplicando lo aprendido. - <u>Duración de las sesiones:</u> 1 vez a la semana, con una duración de 45 minutos. - <u>Nº de participantes:</u> 30 usuarios 	<p>Nutrición</p>
<p><i>Registro fotográfico:</i></p> <div data-bbox="819 639 1404 922" data-label="Image"> </div>			
<p>Habilidades sociales y comunicación</p>	<p>Fortalecer las habilidades de comunicación de los usuarios en función de disminuir conflictivas a partir de esta en las relaciones interpersonales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción: El taller está dividido en 4 sesiones donde se abordan aspectos teóricos de los componentes de la comunicación. Poder identificar la importancia de la comunicación en los diferentes contextos, sobre todo en las relaciones interpersonales. Dentro de las actividades, está la utilización es identificación de los componentes no verbales en la interacción. La aparición de 	<p>Psicología</p>

		<p>conflictos en la comunicación e interacción y la forma de abordar y resolver estos. El taller suele desarrollarse con normalidad, con la necesidad permanente de generar una pequeña revisión de lo abordado en la sesión anterior, ya sea para “recordar” o para generar un resumen a aquellos(as) que por alguna razón no pudieron asistir.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración: cada taller tiene una duración de 45 minutos, siendo 4 sesiones de intervención. Por 2 grupos intervenidos. • N° de participantes: 15 usuarios 	
<p>Registro fotográfico</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px;">   </div>			
Autoestima	Fortalecer la autoestima de las personas mayores, favoreciendo el desarrollo de esta de manera positiva	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción: el taller se desarrolla en completa normalidad, teniendo en ajustar en una ocasión el contenido de este, dado que por el desarrollo de una actividad extraprogramática se debió comprimir y priorizar cierta información del taller para proseguir, el desafío permanente es de, desmitificar ciertos aspectos relacionados con la 	Psicología

		<p>autoestima y que el concepto sea incorporado de manera correcta. Otro de los objetivos es identificar potencialidades de modo que estas contribuyan al desarrollo de una buena autoestima. Por último, favorecer a través de la interacción, identificación de habilidades y características, una autoestima positiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración: 45 minutos es la duración de cada sesión. El taller de autoestima está compuesto por 4 sesiones. • Nº de participantes: 15 usuarios 	
<p>Registro fotográfico</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px;">   </div>			
<p>Salud Mental: depresión, ansiedad y estrés</p>	<p>Incorporar estrategias de identificación y abordaje de problemáticas de salud mental más prevalentes y contingentes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción: el taller de salud mental considera el abordaje de las principales afectaciones psicoemocionales, como lo son la ansiedad, estrés y depresión. El abordaje y curso de este taller busca que las personas puedan diferenciar de manera más clara cuando está presente alguno de estas manifestaciones psicosomáticas. Se busca conocer qué se entiende por depresión, ansiedad y estrés. 	<p>Psicología</p>

		<p>Desmitificar algunas creencias respecto de estas y procurar un buen “prediagnóstico”. Finalmente es importante incorporar estrategias preventivas, de autocuidado y de intervención toda vez que alguna de estas manifestaciones se haga presente. Teniendo en consideración que no toda manifestación es “patología” o sinónimo de desequilibrio emocional.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración: cada sesión tiene una duración de 40 a 45 minutos.8 sesiones, las cuales se ejecutan a 2 grupos en paralelo • N° de participantes: 15 usuarios(as) 	
<p>Registro Fotográfico</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px;">   </div>			
<p>Mindfulness</p>	<p>Aprender Mindfulness como estrategia de afrontamiento de situaciones aversivas para regular malestar psicoemocional y psicossomático</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción: El taller se desarrolló de manera normal, procurando que parte de las sesiones incorporaran varios ejercicios de respiración que permitieran incorporar la herramienta del mindfulness como estrategia de autocuidado. En primera instancia se explican las implicancias de la meditación y en general ejercicios de respiración y 	

		<p>propiocepción. La idea de esto, es poder identificar los beneficios que van más allá de un bienestar durante el momento de la aplicación de una técnica, sino de su ejecución sostenida y como parte de la rutina. Finalmente, su aplicación y ejecución en diferentes contextos, siendo el taller una de estas instancias.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Duración: 45 minutos por sesión. Con un total de 4 sesiones, aplicada a 2 grupos en paralelo • N° de participantes: 15 usuarios(as) 	Psicología
<p>Registro fotográfico</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px;">   </div>			
Reminiscencia	Fortalecer la memoria episódica / largo plazo, favoreciendo la evocación de recuerdos significativos, la comunicación e interacción.	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción: El taller de reminiscencia se desarrolla de manera normal sin mayores inconvenientes. Si bien es cierto la terapia o talleres de reminiscencia tiene un mayor impacto en aquellas personas que presentan dificultades en la memoria a corto plazo, el taller ofrece la posibilidad de generar un diálogo transversal a las diferentes capacidades de dicho dominio. En primera instancia se genera un proceso de educación respecto de la memoria, los tipos de memoria que existen, la importancia de los factores de riesgo asociados a esta dimensión y eventual 	Psicología



deterioro. Incorporar estrategias de prevención y mantenimiento de su función de manera óptima. Esto se hace a través de juegos como bachillerato cultural y el intercambio de experiencias y hechos significativos de cada participante.

- **Duración:** Las sesiones tienen una duración de 40-45 minutos, y consta de 4 talleres, realizado a 2 grupos en paralelo
N° de participantes: 15 usuarios(as)

Registro fotográfico



JUNTE EN FORMATO DIGITAL, ALGÚN MEDIO DE VERIFICACIÓN DE LAS ATENCIONES REALIZADAS (FOTOGRAFÍA, LISTAS DE ASISTENCIA, ENTRE OTROS).

Describe las intervenciones comunitarias que se han desarrollado en el centro de día. (incorpore tantas celdas como sea necesario.

Nombre de Intervención	Objetivo	Descripción	Profesional Responsable
II Jornada de salud y sexualidad en la mujer mayor.	Concientizar a la persona mayor sobre la importancia de la prevención en aspectos básicos de la salud. Derribar mitos sobre la sexualidad en la persona mayor.	Se realiza segunda jornada de salud y sexualidad en la mujer mayor, la cual tiene como objetivos principales: Concientizar a la persona mayor sobre la importancia de la prevención en aspectos básicos de la salud. Derribar mitos sobre la sexualidad en la persona mayor. La invitación a la actividad fue generada tanto para usuarias activas como para egresadas. Se abordaron temas relevantes para las personas mayores como son: "Incontinencia urinaria y rehabilitación de piso pélvico en la persona mayor", además de "salud y sexualidad: derribando mitos", para ello contamos con la exposición de kinesióloga de piso pélvico y matrona especialista en sexualidad.	Kinesióloga

Registro fotográfico:



<p>Jornada de difusión CDR en Plaza Participativa de CESFAM Santa Rosa</p>	<p>Difusión de Centro Diurno Referencial del Adulto Mayor Gülamtun en la comunidad, para captar nuevos usuarios.</p>	<p>Se participa en Plaza Participativa de CESFAM Santa Rosa, junto con ellos y otras instituciones que participaron, donde se da la instancia para difundir Centro Diurno Referencial del Adulto Mayor Gülamtun en la comunidad, captar nuevos usuarios y entregar información del centro. Jornada fue el día 17 de abril de 2025 de 11:00 a 13:00 horas, donde asistieron Enfermera y TENS de CDR.</p>	<p>Enfermera y TENS</p>
<p>Registro fotográfico:</p> 			
<p>Jornada EMPAM “CESFAM Amanecer” en CDR</p>	<p>Facilitar a usuarios su examen de medicina preventiva del adulto mayor (EMPAM) y trabajo en red.</p>	<p>Se realiza jornada de EMPAM por CESFAM Amanecer, en Centro Diurno Referencial del Adulto Mayor Gülamtun, el día 08 de mayo de 2025, donde asiste Kinesiólogo de CESFAM para la aplicación de examen de medicina preventiva de la persona mayor. Se facilita un box de atención. Actividad organizada por el área de enfermería de CDR.</p>	<p>Enfermera</p>
<p>Registro fotográfico:</p>			

			
<p>Jornada EMPAM “CESFAM Santa Rosa” en CDR</p>	<p>Facilitar a usuarios su examen de medicina preventiva del adulto mayor (EMPAM) y trabajo en red.</p>	<p>Se realiza jornada de EMPAM por CESFAM Santa Rosa, en Centro Diurno Referencial del Adulto Mayor Gülamtun, el día 12 de mayo de 2025, donde asiste Enfermera de CESFAM para la aplicación de examen de medicina preventiva de la persona mayor. Se facilita un box de atención. Actividad organizada por el área de enfermería de CDR.</p>	<p>Enfermera</p>
<p>Registro fotográfico:</p>			
			
<p>Charla de Diabetes por “CESFAM Santa Rosa” en CDR</p>	<p>Entregar información de patología Diabetes a usuarios de CDR por establecimiento de</p>	<p>Se realiza charla sobre Diabetes por Médico de CESFAM Santa Rosa, en Centro Diurno Referencial del Adulto Mayor Gülamtun, el día 12 de mayo de 2025. Donde participan todos los usuarios asistentes en jornada CDR. Se facilita sala multiuso para</p>	<p>Enfermera</p>

	salud y trabajo en red.	realización. Actividad organizada por el área de enfermería de CDR.	
Registro fotográfico:			
			
Charla de Tuberculosis por "CESFAM Santa Rosa" en CDR	Entregar información de patología Tuberculosis a usuarios de CDR por establecimiento de salud y trabajo en red.	Se realiza charla sobre Tuberculosis por Médico y Enfermera de CESFAM Santa Rosa, en Centro Diurno Referencial del Adulto Mayor Gülantun, el día 26 de mayo de 2025. Donde participan todos los usuarios asistentes en jornada CDR. Se facilita sala multiuso para realización. Actividad organizada por el área de enfermería de CDR.	Enfermera
Registro fotográfico:			
			

<p>Jornada EMPAM “CESFAM Pueblo Nuevo” en CDR</p>	<p>Facilitar a usuarios su examen de medicina preventiva del adulto mayor (EMPAM) y trabajo en red.</p>	<p>Se realiza jornada de EMPAM por CESFAM Pueblo Nuevo, en Centro Diurno Referencial del Adulto Mayor Gülamtun, el día 28 de mayo de 2025, donde asisten dos Enfermeros de CESFAM para la aplicación de examen de medicina preventiva de la persona mayor. Se facilitan 2 box de atención. Actividad organizada por el área de enfermería de CDR.</p>	<p>Enfermera</p>
<p>Registro fotográfico:</p> <div style="text-align: center;">  </div>			
<p>Jornada de difusión de “Salud y demencia”</p>	<p>Difundir y visualizar funcionamiento del CDR</p>	<p>Se desarrolla jornada de difusión en dependencias de la universidad de la Frontera de Temuco, en conjunto con otros dispositivos de salud. Invitación fue hecha por Centro Kimünche. Con el objetivo de difundir y visualizar el funcionamiento del centro, además, se pesquisan posibles postulaciones, las que son entregadas al trabajador social para agendar.</p>	<p>Terapeuta Ocupacional</p>
<p>Registro fotográfico:</p>			

			
<p>Taller a cuidadores y referentes afectivos (RA) del CDR</p>	<p>Difundir trabajo de CDR con personas mayores, además de establecer lineamientos de trabajo anual con RA.</p>	<p>Se realiza primer taller a referentes afectivos y/o cuidadores del CDR, con el objetivo de difundir y esclarecer trabajo desarrollado con usuarios en establecimiento. Se evalúa sobrecarga de los cuidadores. Se entrega planificación anual, y se establece plan de trabajo anual con la priorización autónoma de sus familiares. Esto, con el objetivo en paralelo, de entregar un espacio de acompañamiento y soluciones a los familiares de participantes del CDR.</p>	<p>Terapeuta Ocupacional</p>
<p>Registro fotográfico:</p> 			
<p>Jornada informativa “Oficina de Protección Ciudadana”</p>	<p>Ampliar y fortalecer las redes territoriales con los distintos organismos y</p>	<p>Se concreta la visita de los profesionales de la oficina de protección ciudadana, a fin de informar a nuestros usuarios respecto de la oferta de servicios que entrega este programa a la comunidad.</p>	<p>Trabajo Social</p>

	servicios de la comuna.	Fecha: 22/04/2025	
Registro fotográfico:			
			
Jornada Informativa "Programa Aló Red"	Ampliar y fortalecer las redes territoriales con los distintos organismos y servicios de la comuna.	Se concreta jornada informativa por parte de programa Aló red, esta instancia busca dar a conocer a nuestros usuarios los distintos servicios que entrega este programa a la comunidad y los requisitos para acceder a ellos. De igual forma se coordinan nuevas instancias colaborativas a realizar en el futuro. Fecha: 07/05/2025	Trabajo Social
Registro fotográfico:			



DEBE COMPLETARSE LA HOJA DESTINADA A LA PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES QUE SE ENCUENTRA DISPONIBLE EN LA PLANILLA EXCEL. ADJUNTE EN FORMATO DIGITAL, ALGÚN MEDIO DE VERIFICACIÓN DE LOS TALLERES REALIZADOS (FOTOGRAFÍA, LISTAS DE ASISTENCIA, ENTRE OTROS).

Seguimiento del Plan de Redes. Describa los resultados obtenidos durante el periodo en la gestión del plan de redes. Señale en qué manera el plan ha beneficiado al Centro Diurno y sus usuarios.

Identificación de la Red	Resultados	Beneficios
Oficina de Protección Ciudadana	Se concreta la visita de los profesionales de la oficina de protección ciudadana, a fin de generar una jornada informativa dirigida hacia nuestros usuarios.	Educar y orientar a las personas mayores respecto a los servicios que entrega la oficina de protección ciudadana.
Programa Aló Red	Se realiza jornada informativa por parte de programa Aló red, esta instancia busca dar a conocer a nuestros usuarios los distintos servicios que entrega este programa a la comunidad y los requisitos para acceder a ellos.	Educar y orientar a las personas mayores respecto a los servicios que entrega la oficina de protección ciudadana.

	De igual forma se coordinan nuevas instancias colaborativas a realizar en el futuro.	
CESFAM de Pueblo Nuevo	Se desarrolla vinculación inmediata a la red existente de la persona mayor que requiere de apoyo biomédico	Derivación de caso e Integración usuaria a su red cercana
CESFAM de Pueblo Nuevo	Se realiza jornada EMPAM; CESFAM Pueblo Nuevo en CDR	Aplicación de examen de medicina preventiva de la persona mayor.
CESFAM Santa Rosa	Se realiza jornada EMPAM CESFAM Santa Rosa en CDR	Aplicación de examen de medicina preventiva de la persona mayor.
CESFAM Santa Rosa	Se desarrolla charla de Tuberculosis por CESFAM Santa Rosa en dependencias del CDR	Se genera espacio educativo para personas mayores, donde se entregará información de patología Tuberculosis a usuarios de CDR
CESFAM Santa Rosa	Se desarrolla charla de patología de diabetes por CESFAM Santa Rosa en dependencias del CDR	Entregar información de patología Diabetes a usuarios de CDR por establecimiento de salud.
CESFAM Santa Rosa	Jornada de difusión CDR en Plaza Participativa de CESFAM Santa Rosa	Difusión y visualización del funcionamiento del centro de día referencial, además, de pesquisa de posibles postulaciones/ ingresos.
CESFAM Amanecer	Se desarrolla jornada EMPAM CESFAM Amanecer	Aplicación de examen de medicina preventiva de la persona mayor.
Centro de Apoyo Comunitario para personas con Demencia Kimünche	Participación de Jornada de difusión de salud y demencia para personas mayores	Difusión y visualización del funcionamiento del centro de día referencial, además, de pesquisa de posibles postulaciones/ ingresos.

CECOSAM Pueblo Nuevo	Se mantiene comunicación con colegas del dispositivo de atención primaria para instancias de derivación de casos	Generación de instancias de coordinación, triangulación y derivación de casos.
Hospital Dr. Hernán Henríquez Aravena	Se solicita información y se mantiene seguimiento respecto a gestión social por intermedio del Hospital regional de Temuco	Generación de instancias de coordinación, triangulación y derivación de casos.
Hogar Nuestra Señora del Carmen	Se mantiene comunicación con colegas del ELEAM para instancias de socialización de casos.	Se generan instancias de coordinación, triangulación y seguimiento de casos
Mesa de Personas Mayores, de SEREMI.	Participación de reuniones en mesa de personas mayores de SEREMI, Temuco.	Actualización y participación en actividades desarrolladas a personas mayores.
Programa de discapacidad (Municipalidad)	Se generan instancias de coordinación y gestión ayudas sociales.	Gestión y entrega de ayudas técnicas y paliativas
Programa de ayudas paliativas (Municipalidad)	Se generan instancias de coordinación y gestión de ayudas sociales.	Gestión de servicios y ayudas paliativas.

8. ÁREA ADMINISTRACIÓN.

Señale si se ha realizado la contratación de la totalidad de Recurso Humano requerido para el funcionamiento del Centro Diurno		SI		NO	X
En caso de no haberse realizado la contratación de la totalidad del RRHH, indicar las razones de ello y qué estrategia se utilizará para dar cumplimiento a esta exigencia	No existe convenio firmado que respalde las nuevas contrataciones; condicionado a esto tampoco existe ingreso de remesas correspondientes para asegurar el pago de las personas en búsqueda y selección; como es el caso de los cargos pendientes de Fonoaudiólogo 22 hrs. y Asistente de Operaciones 22 hrs.				

Identifique cuáles han sido las principales dificultades durante el periodo informado y cómo se han resuelto o esperan resolverse	
Dificultad detectada	Solución / Propuesta
Retraso en la recepción de convenio desde Contraloría, no se finaliza el acto administrativo que lo aprueba; en consecuencia, no se reciben fondos por parte del SENAMA.	Vicerrectoría de Sede proporciona fondos internos provisorios para asegurar continuidad en la operación de Centro Diurno Referencial
No se realizan rendiciones de gastos; significando una acumulación de gastos por rendir; en consecuencia, sobrecarga del equipo administrativo en periodo de rendición de gastos y plazos de subsanación.	A la espera de habilitación de plataforma SISREC; se solicita flexibilización en plazos de entrega entendiéndose no es nuestra responsabilidad el atraso significativo.
Aumento de canasta básica de alimentos, reduciendo el presupuesto destinado para efectuar las compras.	Ajuste en las porciones y alimentos entregados en el servicio de almuerzo en la Central de Alimentación del CDR.

DEBE COMPLETARSE LA HOJA DESTINADA A DOTACIÓN DE PERSONAL QUE SE ENCUENTRA DISPONIBLE EN LA PLANILLA EXCEL

Señale si durante este periodo, se han presentado problemas de funcionamiento en alguno de los recintos del Centro

Recinto	Problema detectado	Solución / Propuesta
Gimnasio	Gotera en zona del techo sobre lavamanos	Se informa a directora técnica del CDR quien solicita a la universidad reparación del techo.
Sala de Terapia Ocupacional	Se descompuso el aire acondicionado	Se entrega información a directora del CDR a través de correo electrónico, quien eleva solicitud a la universidad.
Central de Alimentación	Deterioro en campana de extracción de aire, no funciona el ventilador e iluminación	Se informa a directora técnica del CDR
Central de Alimentación	Funcionamiento intermitente en horno de cocina a gas, afectando el funcionamiento del quemador y encendido	Se informa a directora técnica del CDR
Central de Alimentación	Sin funcionamiento de agua caliente en lavamanos y lavaplatos	Se informa a directora técnica del CDR

9. OBSERVACIONES.

Incorpore todas aquellas observaciones que le parezcan pertinente y contribuyan a dar cuenta de la gestión del centro día en el período informado

Responsable del Informe	Blanca Perón Castro
Fecha	30-06-2025

ANEXOS

1. PLANIFICACIÓN TALLERES PERIODO ABRIL – MAYO- JUNIO 2025

NUTRICIÓN:

Profesional a Cargo	Cattalina Pulgar
Nº Participantes	30 usuarios
Nº Sesiones	4 sesiones
Lugar	Centro Diurno Referencial
Día(s) de Realización	Lunes y martes
Horarios	Lunes: 14:30 a 15:15 hrs Martes: 11:30 a 12:15 hrs

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
09/06/25 10/06/25	Reconocer los diferentes elementos de una etiqueta nutricional	100% de los usuarios reconoce los elementos de una etiqueta nutricional	A través de material teórico los usuarios reconocen los elementos del etiquetado nutricional, ingredientes, cantidad, macronutrientes y porciones.	<ul style="list-style-type: none"> - Data - Notebook - Hojas - Lápices
16/06/25 17/06/25	Aprender a leer y comprender la información básica en una etiqueta de alimentos	100% de los usuarios comprende la información de una etiqueta de alimentos	A través del juego, los usuarios tendrán que reconocer el etiquetado nutricional correcto de cada producto, analizando los componentes.	<ul style="list-style-type: none"> - Cartulina - Pegamento - Tijera - Imágenes
23/06/25 24/06/25	Comprender sobre la importancia de	100% de los usuarios identifica las señales de deshidratación	Mediante material practico se da a conocer la importancia de mantener adecuada ingesta de líquidos para promover su salud, prevenir	<ul style="list-style-type: none"> - Cartulina - Pegamento - Tijera

	mantener adecuada ingesta de líquidos		deshidratación y mejorar bienestar general, mediante la enseñanza de hábitos de hidratación adecuada y la identificación de señales de deshidratación.	- Imágenes
30/06/25 01/07/25	Educación sobre la importancia de la hidratación	100% de los usuarios responde correctamente preguntas del juego	Mediante juego lúdico "kahoot" los usuarios participan respondiendo preguntas para aplicar lo aprendido en la sesión anterior.	- Kahoot - Pc - Data - Parlante

Objetivo General	Brindar herramientas y conocimientos necesarios para mejorar hábitos alimentarios y estado de salud
Objetivos Específicos	Leer y comprender la información del etiquetado nutricional
	Planificar menú semanal equilibrado considerando necesidades nutricionales propias del grupo etario
	Reconocer importancia de una adecuada hidratación, aprendiendo estrategias para mantener la ingesta durante el día
	Adquirir habilidades básicas de cocina preparando alimentos sencillos, nutritivos y seguros

Observaciones:
Estrategias metodológicas: exposición oral, participación de los usuarios a través del diálogo.

TENS:

Nombre del Taller	Fitoterapia Aplicada (extraordinario Acreditación UA)
Profesional a Cargo	TENS
Nº Participantes	10 usuarios por grupo
Nº Sesiones	1
Lugar	Centro Diurno Referencial Gulamtun
Día(s) de Realización	Martes 01-abril-2025
Horarios	14:30-15:15

Objetivo General	Promover higiene, salud y bienestar biopsicosocial a través de la fabricación y utilización de productos fito cosméticos.
Objetivos Específicos	Aprender el proceso de fabricación de roll on (aromaterapia).
	Fomentar la atención y memoria para comprender instrucciones.
	Favorecer la creatividad del usuario/a al desarrollar forma, etiqueta del producto y su envasado.
	Desarrollo de habilidades comunicativas y de trabajo colaborativo.

Fecha de sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
#1 01-04- 2025	Aprender los componentes esenciales para la fabricación de	Elaboración de roll on – aceite para masajes.	Inicio: Recepción de los usuarios, se insta a posicionar en su asiento destinado con materiales e insumos. Se abre una reflexión sobre como estiman el proceso de fabricación y se presentan los materiales e insumos disponibles.	Envases de vidrio empavonado (roll on – aceite para masajes) 30 ml Aceites esenciales

	roll on – aceite para masajes.		<p>Desarrollo: Se procede con la fabricación de roll on – aceite para masajes (envases de vidrio empavonado), aromas y aceites esenciales, vitamina E, etc.</p> <p>Cierre: Se demuestra la aplicación de los insumos elaborados y sugerencias para su conservación. Se resuelven dudas. Se solicita traer el insumo en la próxima sesión del taller.</p>	<p>Aceites aromáticos Vitamina E Aceite vegetal (litro) Jeringas (sin aguja) Copela de aluminio Hierbas secas Mascarilla Guantes desechables Cofias Sabanilla desechable</p>
--	--------------------------------	--	--	--

Profesional a Cargo	TENS
Nº Participantes	15 usuarios por grupo
Nº Sesiones	1 sesión semanal
Lugar	Centro Diurno Referencial Gulamtun
Día(s) de Realización	Martes y Jueves de abril de 2025
Horarios	14:30 a 15:15 horas

Objetivo General	Promover el desarrollo integral de los usuarios/as mediante el fortalecimiento de habilidades físicas, cognitivas y socioemocionales que contribuyan a su autonomía y bienestar.
Objetivos Específicos	Analizar los factores que facilitan u obstaculizan el proceso de desarrollo integral en los usuarios/as.
	Reconocer y estimular funciones cognitivas clave como la memoria, la atención y el lenguaje.
	Potenciar la motricidad fina y la coordinación a través de actividades prácticas y lúdicas.
	Fomentar la creatividad como herramienta para el bienestar emocional y el manejo del dolor.

Numero de sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
03-04-2025	Estimulación Cognitiva.	El 90% de los usuarios participan activamente.	Se inicia explicando días, horarios y normas básicas para una sana convivencia dentro del taller. Esta sesión estará enfocada al trabajo cognitivo a través del seguimiento de instrucciones, memoria, música e imitación. Adicionalmente se trabaja con juegos de mesa que fomentan la estimulación cognitiva, pensamiento crítico, razonamiento y solución de problemas.	Sillas Equipo de audio Láminas plastificadas Juegos de mesa.
08-04-2025	Manualidades con material reciclado	El 100% de los usuarios participan activamente y fabrican manualidades.	Se inicia taller de fabricación de mariposas en material reciclado (botellas plásticas), se promueve el trabajo en equipo, motricidad y sociabilización. Se explica paso a paso las instrucciones del proceso y se facilitan materiales.	Sillas Mesas Botellas plásticas Pinturas acrílicas Tijeras Brochetas Plumones Artículos de oficina
10-04-2025 15-04-2025	Pintura en loza	El 100% de los usuarios participa activamente y fabrican manualidades.	Se inicia taller de pintura en loza (platos blancos de servilletas y/o vasos), se promueve la creatividad, motricidad, atención y bienestar. Se da espacio para pintar con temática libre y se facilitan materiales.	Sillas Mesas Tijeras Papel de calcar Loza (varias) Pinturas acrílicas

<p>17-04-2025 22-04-2025</p>	<p>Fitoterapia Aplicada</p>	<p>El 100% de los usuarios participa activamente y fabrican productos fitocosméticos.</p>	<p>Se inicia taller de fitoterapia, en donde se realizan A) aceite de masaje o B) roll-on aromaterapia (según disponibilidad de materiales), con un máximo de 2 unidades por persona. Se promueve la creatividad, experiencia sensorial, motricidad y seguimiento de instrucciones.</p>	<p>Sillas Mesas Artículos de oficina Insumos: frascos de vidrio 10/30ml, hierbas medicinales, aceites esenciales, jeringas, etc.</p>
<p>#4 24-04-2025 29-04-2025</p>	<p>Estimulación Cognitiva.</p>	<p>El 100% de los usuarios participan activamente.</p>	<p>Se inicia taller enfocado al trabajo cognitivo a través del seguimiento de instrucciones, memoria, música e imitación. Adicionalmente se trabaja con juegos de mesa que fomentan la estimulación cognitiva, pensamiento crítico, razonamiento y solución de problemas.</p>	<p>Sillas Equipo de audio Láminas plastificadas Juegos de mesa.</p>

Nombre del Taller	Desarrollo Integral.
Profesional a Cargo	TENS
Nº Participantes	15 usuarios por grupo
Nº Sesiones	1 sesión semanal
Lugar	Centro Diurno Referencial Gulamtun
Día(s) de Realización	Martes y Jueves de mayo de 2025
Horarios	14:30 a 15:15 horas

Objetivo General	Promover el desarrollo integral de los usuarios/as mediante el fortalecimiento de habilidades físicas, cognitivas y socioemocionales que contribuyan a su autonomía y bienestar.
Objetivos Específicos	Analizar los factores que facilitan u obstaculizan el proceso de desarrollo integral en los usuarios/as.
	Reconocer y estimular funciones cognitivas clave como la memoria, la atención y el lenguaje.
	Potenciar la motricidad fina y la coordinación a través de actividades prácticas y lúdicas.
	Fomentar la creatividad como herramienta para el bienestar emocional y el manejo del dolor.

<i>Numero de sesión</i>	<i>Objetivo de la sesión</i>	<i>Indicador de logro</i>	<i>Descripción de Actividades</i>	<i>Materiales</i>
01-05-2025	FERIADO			
06-05-2025 08-05-2025	Estimulación cognitiva.	El 100% de los usuarios participan activamente.	Se inicia explicando días, horarios y normas básicas para una sana convivencia dentro del taller. Esta sesión estará enfocada al trabajo cognitivo a través del seguimiento de instrucciones, memoria, música e imitación. Adicionalmente se trabaja con juegos de mesa que fomentan la estimulación cognitiva, pensamiento crítico, razonamiento y solución de problemas.	Sillas Equipo de audio Láminas plastificadas Juegos de mesa.
13-05-2025 15-05-2025	Manualidades con material reciclado	El 100% de los usuarios participa activamente y fabrican manualidades.	Se inicia taller de fabricación de mariposas en material reciclado (botellas plásticas), se promueve el trabajo en equipo, motricidad y sociabilización. Se explica paso a paso las instrucciones del proceso y se facilitan materiales.	Sillas Mesas Botellas plásticas Pinturas acrílicas Tijeras Brochetas

				Plumones Artículos de oficina
20-05-2025	Manualidades con material reciclado (CONTINUIDAD)	El 100% de los usuarios participa activamente y fabrican manualidades.	Se inicia taller de fabricación de mariposas en material reciclado (botellas plásticas), se promueve el trabajo en equipo, motricidad y sociabilización. Se explica paso a paso las instrucciones del proceso y se facilitan materiales.	Sillas Mesas Botellas plásticas Pinturas acrílicas Tijeras Brochetas Plumones Artículos de oficina
22-05-2025	Fitoterapia Aplicada	El 100% de los usuarios participa activamente y fabrican productos fito cosméticos	Se inicia taller de fitoterapia para fabricar a) jabón sólido (2 unidades por persona máximo) b) roll-on (aromaterapia) c) aceite de masajes según disponibilidad de insumos. Se promueve la creatividad, experiencia sensorial, motricidad y seguimiento de instrucciones. Se explica paso a paso las instrucciones del proceso y se facilitan materiales.	Sillas Mesas Insumos: glicerina, aceites esenciales, aromas, bajalenguas, moldes de silicona, etc Hierbas medicinales
27-05-2025	Fitoterapia Aplicada	El 100% de los usuarios participa activamente y fabrican	Se inicia taller de fitoterapia, en donde se realizan A) aceite de masaje o B) roll-on aromaterapia (según disponibilidad de materiales), con un máximo de 2 unidades por persona. Se promueve la creatividad, experiencia sensorial, motricidad y seguimiento de instrucciones.	Sillas Mesas Artículos de oficina

		productos fitocosméticos.		Insumos: frascos de vidrio 10/30ml, hierbas medicinales, aceites esenciales, jeringas, etc.
29-05-2025	Estimulación Cognitiva.	El 100% de los usuarios participan activamente.	Esta sesión estará enfocada al trabajo cognitivo a través del seguimiento de instrucciones, memoria, música e imitación. Adicionalmente se trabaja con juegos de mesa que fomentan la estimulación cognitiva, pensamiento crítico, razonamiento y solución de problemas.	Sillas Equipo de audio Láminas plastificadas Juegos de mesa.

Nombre del Taller	Desarrollo Integral.
Profesional a Cargo	TENS
Nº Participantes	15 usuarios por grupo
Nº Sesiones	1 sesión semanal
Lugar	Centro Diurno Referencial Gulamtun
Día(s) de Realización	Martes y Jueves de junio de 2025
Horarios	14:30 a 15:15 horas

Objetivo General	Promover el desarrollo integral de los usuarios/as mediante el fortalecimiento de habilidades físicas, cognitivas y socioemocionales que contribuyan a su autonomía y bienestar.
Objetivos Específicos	Analizar los factores que facilitan u obstaculizan el proceso de desarrollo integral en los usuarios/as.
	Reconocer y estimular funciones cognitivas clave como la memoria, la atención y el lenguaje.
	Potenciar la motricidad fina y la coordinación a través de actividades prácticas y lúdicas.
	Fomentar la creatividad como herramienta para el bienestar emocional y el manejo del dolor.

Numero de sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
03-06-2025 05-06-2025	Fitoterapia Aplicada	El 100% de los usuarios participan activamente y fabrican productos fito cosméticos.	Se inicia taller de fitoterapia, en donde se realizan A) aceite de masaje o B) roll-on aromaterapia (según disponibilidad de materiales), con un máximo de 2 unidades por persona. Se promueve la creatividad, experiencia sensorial, motricidad y seguimiento de instrucciones.	Sillas Mesas Artículos de oficina Insumos: frascos de vidrio 10/30ml, hierbas medicinales, aceites esenciales, jeringas, etc.
10-06-2025 12-06-2025	Estimulación Cognitiva.	El 100% de los usuarios participan activamente.	Se inicia taller enfocado al trabajo cognitivo a través del seguimiento de instrucciones, memoria, música e imitación. Adicionalmente se trabaja con juegos de mesa que fomentan la estimulación cognitiva, pensamiento crítico, razonamiento y solución de problemas.	Sillas Equipo de audio Láminas plastificadas Juegos de mesa.
17-06-2025	Sonoterapia	El 100% de los usuarios	Se inicia taller utilizando sonoterapia y técnicas de respiración consciente, movilidad articular e imaginación.	Sillas Equipo de audio

19-06-2025		participan activamente.	Se promueve experiencia sensorial, motricidad y bienestar	
24-06-2025 26-06-2025	Estimulación Cognitiva.	El 100% de los usuarios participan activamente.	Se inicia taller enfocado al trabajo cognitivo a través del seguimiento de instrucciones, memoria, música e imitación. Adicionalmente se trabaja con juegos de mesa que fomentan la estimulación cognitiva, pensamiento crítico, razonamiento y solución de problemas.	Sillas Equipo de audio Láminas plastificadas Juegos de mesa.

Enfermera:

Nombre del Taller	Varices y su cuidado.
Profesional a Cargo	Enfermera, María Fernanda Pradenas Vera.
Nº Participantes	15 usuarios.
Nº Sesiones	2 sesiones.
Lugar	Sala Multiuso
Día(s) de Realización	2
Horarios	Lunes 15:45-16:30 horas

Objetivo General	Conocer sobre las varices
Objetivo Específicos	Conocer qué son las varices.
	Conocer porqué se producen.
	Reconocer signos y síntomas.
	Conocer métodos de diagnóstico y su tratamiento.

Conocer cuidados de las varices.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
Primera sesión 12-03-2025 segunda sesión 07-04-2025	Conocer sobre las varices	Responder qué son las varices. Nombrar signos y síntomas. Nombrar cuidados de las varices. Realizar ejercicios para su cuidado. -Hidratación de piel, a través de masajes en piernas, con vaselina.	Se realizará taller de educación de enfermería, sobre las varices y su cuidado. En 2 sesiones . De forma teórica y práctica. Donde en la primera sesión se conversa con apoyo de presentación en PowerPoint, sobre qué son las varices, porque se producen, síntomas y signos, métodos de diagnóstico, tratamiento y sus cuidados. En la segunda sesión, se repasarán contenidos de sesión anterior y se realizará práctico, donde usuarios visualizaran video con secuencia de ejercicios y los realizaran de manera práctica, según funcionalidad de cada usuario. Se realizará práctico de como hidratar piel con masajes desde zona maleolar a rodillas, con vaselina, la cual se entregará en taller a cada usuario para manejo personal en su casa. Al finalizar se hará entrega de documento impreso con ejercicios realizados en taller, para realizarlos en su hogar y vaselina líquida para cada asistente.	-Proyector -Notebook -Presentación PowerPoint -Parlante -Sillas -Alcohol Gel -Impresora -Corchetera -Perforadora -Vaselina Liquida para cada usuario. -Hoja con ejercicios cuidados de varices para cada usuario.

Nombre del Taller	Taller de Educación de Enfermería: Incontinencia Urinaria y su cuidado.
--------------------------	---

Profesional a Cargo	Enfermera, María Fernanda Pradenas Vera.
Nº Participantes	15 usuarios cada grupo.
Nº Sesiones	2 sesiones cada grupo.
Lugar	Sala Multiuso
Día(s) de Realización	2
Horarios	Lunes: 15:45-16:30 horas Martes: 15:45-16:30 horas Jueves: 11:30-16:30 horas

Objetivo General	Conocer sobre la Incontinencia urinaria.
Objetivo Específicos	Conocer anatomía del sistema urinario.
	Conocer que es la incontinencia urinaria.
	Conocer causas y signos de la incontinencia urinaria.
	Conocer tipos de incontinencia urinaria.
	Conocer tratamientos de incontinencia urinaria.
	Conocer cuidados y prevención de incontinencia urinaria.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
Grupo 2 sector Norte: sesión 1: 21-04-2025 Sesión 2: 28-04-2025	Conocer sobre la incontinencia urinaria.	Responden partes de la anatomía del sistema urinario. Responden que es la incontinencia urinaria.	Se realizará taller de educación de enfermería, sobre la incontinencia urinaria. En 2 sesiones . De forma teórica y práctica. Donde en la primera sesión se conversará con apoyo de presentación en PowerPoint, sobre la anatomía del sistema urinario, la incontinencia urinaria y sus causas, signos, tipos, tratamientos, cuidados y su prevención. En la	-Proyector -Notebook -Presentación PowerPoint -Sillas -Alcohol Gel -Impresora -Corchetera

<p>Grupo 1 sector sur: sesión 1: 27-03-2025 sesión 2: 03-04-2025</p> <p>Grupo 2 sector sur: sesión 1: 08-04-2025 sesión 2: 15-04-2025</p>		<p>Nombran causas y signos de la incontinencia urinaria.</p> <p>Nombran cuidados y prevención de incontinencia urinaria.</p>	<p>segunda sesión se realizará práctico, donde usuarios. sociabilizaran conocimientos aprendidos en taller, y experiencias en usuarios que padecen incontinencia urinaria, completaran nombres en imágenes con partes del sistema urinario.</p>	<p>-Perforadora -Hojas con imágenes de sistema urinario para completar por usuarios.</p>
---	--	--	---	--

Nombre del Taller	La Piel y su cuidado.
Profesional a Cargo	Enfermera, María Fernanda Pradenas Vera.
Nº Participantes	15 usuarios cada grupo.
Nº Sesiones	2 sesiones cada grupo.
Lugar	Sala Multiuso
Día(s) de Realización	2
Horarios	Martes: 15:45-16:30 horas Jueves: 11:30-16:30 horas

Objetivo General	Conocer la piel y sus cuidados.
Objetivo Específicos	Saber cómo está compuesta la piel.
	Conocer funciones de la piel.
	Conocer lesiones de la piel.
	Conocer cuidados de la piel.
	Sociabilizar aprendizaje de taller.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
<p>Grupo 1 sector Sur: Sesión 1: 10-04-2025 sesión 2: 24-04-2025</p> <p>Grupo 2 sector Sur: sesión 1: 29-04-2025 sesión 2: 29-04-2025</p>	Conocer la Piel y su cuidado.	<p>Nombrar funciones de la piel.</p> <p>Nombrar capas de la piel.</p> <p>Nombrar alteraciones de la piel.</p> <p>Nombrar cuidados de la piel.</p>	<p>Se realizará taller de educación de enfermería, sobre la piel y su cuidado, en dos sesiones. De forma teórica y práctica. En la primera sesión, se conversará con apoyo de presentación en PowerPoint, sobre que es la piel, sus funciones, alteraciones y cuidados. Luego se sociabilizará por usuarios conocimientos aprendidos en taller y la manera en que realizan algunos de los cuidados vistos. En la segunda sesión se hará repaso de los contenidos vistos en sesión anterior, posteriormente usuarios completaran hoja con nombres de capas de la piel y algunas de sus alteraciones. Luego se procederá a hidratar piel con crema hidratante entregada a cada usuario. Al finalizar se hará entrega de crema hidratante a cada usuario.</p>	<p>-Proyector</p> <p>-Notebook</p> <p>-Presentación PowerPoint</p> <p>-Sillas</p> <p>-Alcohol Gel</p> <p>-Impresora</p> <p>-Corchetera</p> <p>-Hojas impresas con imágenes para completar por usuarios.</p> <p>-Crema hidratante (10 unidades por grupo)</p>

Nombre del Taller	Taller de Educación de Enfermería: Autocuidado en Salud.
Profesional a Cargo	Enfermera Fernanda Pradenas Vera
Nº Participantes	15 usuarios cada grupo.
Nº Sesiones	5 sesiones cada grupo.
Lugar	Sala Multiuso
Día(s) de Realización	2
Horarios	Lunes: 15:45-16:30 horas Martes: 15:45-16:30 horas Jueves: 11:30-16:30 horas

Objetivo General	Mejorar el autocuidado en salud del usuario.
Objetivo Específicos	Fomentar la importancia del autocuidado en salud.
	Fomentar el aprendizaje para el correcto cuidado y mantención de la prótesis dental y también de la cavidad Bucal.
	Mejorar el conocimiento y las habilidades sobre el cuidado de los pies.
	Fomentar la importancia de una buena adherencia al tratamiento farmacológico para su salud.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
------------------------	------------------------------	---------------------------	-----------------------------------	-------------------

<p>Grupo 2 Sector Norte: 05-05-2025</p> <p>Grupo 1 Sector Sur: 05-05-2025</p> <p>Grupo 2 Sector Sur: 06-05-2025</p>	<p>- Fomentar la importancia del Autocuidado.</p> <p>- Fomentar el correcto lavado de manos.</p>	<p>-Retroalimentación de educación.</p> <p>-Correcta higienización de manos.</p>	<p>Se realizará Taller de Educación de Enfermería a usuarios, sobre Autocuidado en Salud. A través de presentación PowerPoint de manera expositiva y participativa teórico-práctico. Se conversará sobre la definición de Autocuidado y sobre el lavado de manos. Se terminará sesión con práctico de higienización de manos. Al finalizar se hará entrega de documento impreso con pasos para correcto lavado de manos y alcohol gel.</p>	<p>-Proyector</p> <p>-Notebook</p> <p>-Presentación PowerPoint</p> <p>-Sillas</p> <p>-Alcohol Gel</p> <p>-Papel para secar manos</p> <p>-Hojas en blanco</p> <p>-Impresora</p> <p>-Corchetera</p> <p>-Perforadora</p> <p>-Hojas impresas con pasos de lavado de manos.</p>
<p>Grupo 2 Sector Norte: 19-05-2025</p> <p>Grupo 1 Sector Sur: 15-05-2025</p> <p>Grupo 2 Sector Sur: 13-05-2025</p>	<p>Fomentar el aprendizaje para el correcto cuidado y mantenimiento de la prótesis dental y también de la cavidad bucal.</p>	<p>-Retroalimentación de educación.</p> <p>-Correcto lavado de la cavidad oral.</p> <p>-Correcto lavado de la prótesis dental.</p>	<p>Se realizará taller de Educación de Enfermería a usuarios, sobre el Autocuidado en salud. A través de presentación PowerPoint de manera expositiva y participativa teórico-práctico. Se conversará sobre la salud bucal y cuidado de la prótesis dental a través de presentación de PowerPoint Se realizará práctico de limpieza de la prótesis dental.</p>	<p>-Proyector</p> <p>-Notebook</p> <p>-Presentación Power Point</p> <p>-Sillas</p> <p>-Mesas</p> <p>-Vaso</p> <p>-Maqueta prótesis dental</p> <p>-Cepillo Dental</p> <p>-Prótesis Dental</p>
<p>Grupo 2 Sector Norte:</p>	<p>Fomentar la</p>	<p>-Retroalimentación de educación.</p>	<p>Se realizará taller de Educación de Enfermería a usuarios, sobre el Autocuidado en salud. A través</p>	<p>-Proyector</p> <p>-Notebook</p>

<p>Sesión 1: 25-05-2025</p> <p>Sesión 2: 16-06-2025</p> <p>Grupo 1 Sector Sur:</p> <p>Sesión 1: 22-05-2025</p> <p>Sesión 2: 29-05-2025</p> <p>Grupo 2 Sector Sur:</p> <p>Sesión 1: 20-05-2025</p> <p>Sesión 2: 27-05-2025</p>	<p>importancia de una buena adherencia al tratamiento farmacológico para su salud.</p>	<p>-Correcto registro de horarios y dosis de medicamentos.</p> <p>-Correcto uso de pastillero.</p>	<p>de presentación PowerPoint de manera expositiva y participativa teórico-práctico, en 2 sesiones. En la primera sesión se conversará sobre el cuidado en el tratamiento farmacológico y la polifarmacia a través de presentación de PowerPoint y se realizará práctico, donde usuarios deberán registrar en hoja horarios de medicamentos dictados, según lo que se indique. En la segunda sesión se conversará sobre el pastillero y su uso. Luego se hará práctico de horarios y días con pastillero. Se entregará pastillero de regalo a cada usuario asistente a taller.</p>	<p>-Presentación Power Point</p> <p>-Sillas</p> <p>-Mesas</p> <p>-hojas de horario de fármacos</p> <p>-Lápices</p> <p>-Goma de borrar</p> <p>-Hojas en blanco</p> <p>-Impresora</p> <p>-Pastilleros</p> <p>-Cortador de pastillas</p>
<p>Grupo 2 Sector Norte: 23-06-2025</p> <p>Grupo 1 Sector Sur: 05-06-2025</p> <p>Grupo 2 Sector Sur: 17-06-2025</p>	<p>-Mejorar el conocimiento y las habilidades sobre el cuidado de los pies.</p>	<p>-Retroalimentación de educación.</p>	<p>Se realizará taller de Educación de Enfermería a usuarios, sobre el Autocuidado en salud. A través de presentación PowerPoint de manera expositiva y participativa teórico-práctico. Se conversará sobre el cuidado de los pies y las uñas a través de presentación de PowerPoint, video y láminas con imágenes de los pies, donde los participantes deberán reconocer tipos de pies con alteración y sano. Al final del taller se entregará documento con cuidados de los pies a participantes.</p>	<p>- Proyector</p> <p>-Notebook</p> <p>-Presentación Power Point</p> <p>-Sillas</p> <p>-Mesas</p> <p>-Impresora</p> <p>-Hojas en blanco</p> <p>-Corchetera</p> <p>-Perforadora</p>

				<ul style="list-style-type: none"> -Laminas con imágenes del pie -Termo laminadora. -Laminas para termo laminadora. -Documento sobre cuidados de los pies y uñas para entregar a usuarios.
--	--	--	--	--

Nombre del Taller	Taller de Educación de Enfermería: Procedimientos básicos de enfermería.
Profesional a Cargo	Enfermera, María Fernanda Pradenas Vera.
Nº Participantes	15 usuarios cada grupo.
Nº Sesiones	3 sesiones cada grupo.
Lugar	Sala Multiuso
Día(s) de Realización	3
Horarios	Lunes: 15:45-16:30 horas Martes: 15:45-16:30 horas Jueves: 11:30-16:30 horas

Objetivo General	Conocer procedimientos básicos de enfermería.
Objetivo Específicos	Conocer qué es el hemoglucotest y su control.
	Conocer que es la insulino terapia y su administración.
	Conocer que es una herida y su curación simple.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
Grupo 2 Sector Norte: 30-06-2025 Grupo 1 Sector Sur: 19-06-2025 Grupo 2 Sector Sur: 24-06-2025	Conocer qué es el hemoglucotest y su control.	-Responder definición de glucómetro. -Realizar procedimiento de control de glicemia capilar.	Se realizará taller de educación de enfermería: Procedimientos básicos de enfermería 1: Glicemia y su control capilar. Donde se educará de manera teórico-práctica sobre glucómetro, su definición, procedimiento de control capilar, sus valores normales y alterados, sitios correctos de punción. Y se realizara procedimiento de control donde trabajaran en parejas, para controlar a su compañero. Al finalizar jornada se entregará documento impreso sobre temática tratada.	-Notebook -Presentación PowerPoint -Impresora -Hojas tamaño carta -Corchetera -Perforadora -Mesas -Sillas -Proyector -Glucómetro -Tiras reactivas -Lancetas -Torulas -Toalla nova -Guantes de procedimiento. -Bolsa de desechos -Caja de desechos cortopunzante -Alcohol gel -Lápiz pasta azul -Post-it 7,5 x 7,5cm
Grupo 2 Sector Norte:	Conocer insulino terapia y su administración.	-Responder definición de insulino terapia.	Se realizará taller de educación de enfermería: Procedimientos básicos de enfermería 2: Insulino terapia y su administración. Donde se	-Notebook -Presentación PowerPoint -Mesas

<p>07-07-2025</p> <p>Grupo 1 Sector Sur: 26-06-2025</p> <p>Grupo 2 Sector Sur: 01-07-2025</p>		<p>-Calcular dosis de insulina.</p> <p>-Realizar procedimiento de administración de insulina.</p>	<p>educará de manera teórico-práctica que es la insulina, tipos de insulina, tiempos de acción, cálculo de dosis, zonas de punción y técnica. Se realizará práctico, donde usuarios calcularan dosis indicadas con jeringa y vaso con agua. Posterior a esto, se realizará práctico de punción subcutánea en maqueta de punción, de abdomen y muslo, confeccionada a mano.</p>	<p>-Sillas</p> <p>-Proyector</p> <p>-Jeringas de insulina</p> <p>-Vasos plásticos</p> <p>-Agua</p> <p>-Torulas</p> <p>-Maquetas de abdomen y muslo para punción confeccionada a mano.</p> <p>-Toalla nova</p> <p>-Bolsa de desechos</p> <p>-Caja de desechos cortopunzante</p> <p>-Alcohol gel</p>
<p>Grupo 2 Sector Norte: 14-07-2025</p> <p>Grupo 1 Sector Sur: 03-07-2025</p> <p>Grupo 2 Sector</p>	<p>Conocer que es una herida y su curación simple.</p>	<p>-Responder que es una herida.</p> <p>-Realizar procedimiento de curación básica de herida.</p>	<p>Se realizará taller de educación de enfermería: Procedimientos básicos de enfermería 3: Heridas y su curación simple. Donde se educará de manera teórico-práctica que es una herida, tipos, procedimiento de curación e insumos necesarios para llevar a cabo la curación simple. Se realizará práctico de curación con maqueta de herida simple realizada por usuarios. Donde usuario utilizara insumos necesarios y realizara simulación de curación de herida. Al termino de sesión se hará entrega de botiquín con insumos.</p>	<p>-Notebook</p> <p>-Presentación PowerPoint</p> <p>-Mesas</p> <p>-Sillas</p> <p>-Proyector</p> <p>-Gasas</p> <p>-Ampollas suero fisiológico 0,9%.</p> <p>-Kit de curación de heridas.</p> <p>-Maqueta de herida</p> <p>-Torulas</p> <p>-Guantes de procedimiento.</p> <p>-Toalla nova</p>

Sur: 02-07-2025				-Bolsa de desechos -Alcohol gel -Botiquín con insumos.
-----------------	--	--	--	--

Trabajo Social

Nombre del Taller	Taller "Vinculación Comunitaria"
Profesional a Cargo	Trabajo Social
Meses	Abril, mayo y junio
Descripción	<p>Atención grupal destinada a informar y promover la integración y participación social de las personas mayores respecto al rol y características de la comunidad en la sociedad y las diferentes redes o instituciones territoriales que la componen.</p> <p>Temáticas a abordar:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Comunidad •Redes Territoriales •Redes Primarias formales e informales •Oferta Territorial
Nº Sesiones	04
Lugar	Sala de taller ubicada en el primer piso del Centro de Día Referencial. Duración: Total: 45 minutos

Día(s) de Realización	Martes, miércoles y jueves
Horarios	15:45/16:30 - 14:30/15:15 - 11:30/12:15

Objetivo General	Promover la educación y la concientización de las personas mayores sobre la relevancia de la vinculación comunitaria y la oferta de redes territoriales disponibles en su comunidad.
Objetivo Específicos	<ul style="list-style-type: none"> • Generar conocimiento en las personas mayores respecto de las características de la comunidad y oferta de redes territoriales. • Fomentar la participación e integración social de las personas mayores del CDR

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
01/04 06/05 03/06 05/06	Informar respecto del rol y características de la comunidad en la sociedad	Participación de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se abordarán las características y rol de la comunidad en la sociedad	Proyector Data y material de apoyo
08/04 10/04 13/05 10/06	Educar respecto de las redes territoriales comunitarias.	Participación activa de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se abordarán las distintas redes territoriales comunitarias.	Proyector Data y material de apoyo

15/04 17/04 20/05 19/06	Informar y educar respecto de la oferta de redes territoriales.	Participación activa de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se Informará y generará conciencia respecto de los Derechos de las Personas Mayores en nuestro país.	Proyector Data y material de apoyo
22/04 24/04 27/5 24/06	Educación respecto de la correcta aplicación de la herramienta Ecomapa	Participación de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se educará respecto de la correcta aplicación de la herramienta Ecomapa	Proyector Data y material de apoyo

Nombre del Taller	Taller "Educación Social y Personas Mayores"
Profesional a Cargo	Trabajo Social
Descripción	<p>Atención grupal destinada a informar en relación a las diversas áreas o temáticas atinentes con las personas mayores y de esta forma contribuir en la generación de conocimientos y análisis crítico, entorno a su contexto y dinámica socio cultural.</p> <p><u>Temáticas a abordar:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Resolución de conflictos • Servicios y Beneficios Sociales • Habilidades Sociales • Red Primaria Familiar • Derechos de las Personas Mayores • Acontecer Nacional e Internacional
Nº Sesiones	04
Lugar	Sala de taller ubicada en el primer piso del Centro de Día Referencial. Duración: Total: 45 minutos
Día(s) de Realización	Martes - jueves

Meses	Abril, mayo y junio
Horarios	15:45/16:30 - 14:30/15:15 - 11:30/12:15

Objetivo General	Fomentar el desarrollo de conocimientos y habilidades de análisis crítico sobre diversas temáticas que impactan su contexto psicosocial, promoviendo una comprensión profunda y reflexiva de los desafíos y oportunidades que enfrentan
Objetivo Específicos	<ul style="list-style-type: none"> • Generar conocimiento en las personas mayores del centro Diurno Referencial, respecto a su contexto y dinámica sociocultural. • Fomentar la reflexión y análisis crítico de las personas mayores usuarios del CDR. • Fomentar la autonomía y participación social de las personas mayores del CDR.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
02/04 12/06	Informar respecto de la dinámica y tipos de familia	Participación de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se abordará los diferentes tipos de familias y sus dinámicas, relaciones y roles.	Proyector Data y material de apoyo
09/04 14/05 03/04 04/06	Educar respecto de las Habilidades sociales	Participación activa de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se abordará las Habilidades sociales	Proyector Data y material de apoyo

16/04 11/06	Informar y generar conciencia respecto de los Derechos de las Personas Mayores	Participación activa de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se Informará y generará conciencia respecto de los Derechos de las Personas Mayores en nuestro país.	Proyector Data y material de apoyo
23/04 18/06	Informar y reflexionar respecto a los mitos y estereotipos de las Personas Mayores	Participación de los usuarios	se realizarán talleres grupales donde se expondrán aquellas temáticas respecto de <i>los mitos y estereotipos de las Personas Mayores.</i>	Proyector Data y material de apoyo
30/04	<i>Informar y prevenir respecto de las diferentes modalidades de estafas digitales</i>	Participación de los usuarios	<i>Se realizarán talleres grupales donde se expondrán las diferentes modalidades de estafas digitales y como prevenirlas</i>	Proyector Data y material de apoyo
07 /05 21 /05 17/06 26/06	<i>Educar respecto de los programas y beneficios sociales a los cuales las personas mayores pueden optar</i>	Participación de los usuarios	<i>Se realizarán talleres grupales con el motivo de informar respecto de los diferentes programas y beneficios sociales a los cuales las personas mayores pueden optar</i>	Proyector Data y material de apoyo
25/06	<i>Informar entorno al rol del Estado y sus</i>	Participación de los usuarios	<i>Se realizarán talleres grupales con el motivo de informar entorno al rol del Estado, junto a sus diferentes componentes y líneas de acción.</i>	Proyector Data y material de apoyo

	diferentes componentes.			
--	-------------------------	--	--	--

KINESIOLOGÍA

Nombre del Taller	Taller Educativo kinesiólogía
Profesional a Cargo	Juliette Salum Aeschlimann
Nº Participantes	10 participantes
Nº Sesiones	4 sesiones
Lugar	Sala multiuso
Día(s) de Realización	Miércoles
Horarios	10:30 a 11:15

Objetivo General	Educar a población asistente a CDR sobre temas atinentes a sus características y necesidades requeridas.
-------------------------	--

Número de la sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
(semana 1)	Identificar los principales cambios fisiológicos del envejecimiento a nivel musculoesquelético.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Usuario es capaz de reconocer anatomía musculoesquelética. 2. Lograr que el usuario identifique cambios óseos, musculares, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se comienza introduciendo el tema sobre la demografía y envejecimiento en Chile. 2. Se explica anatomía ósea, muscular, ligamentosa y articular. 	<ul style="list-style-type: none"> - Computador - Data - Hojas oficio

		ligamentosos y articulares como parte del proceso de envejecimiento	<p>3. Se explican los cambios fisiológicos óseos, musculares, ligamentosos y articulares debido al envejecimiento.</p> <p>4. Actividad final: Preguntas dirigidas hacia los usuarios</p> <p>PREGUNTAS:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Identifique anatomía mostrada en la imagen (músculo-hueso-articulación-ligamento) 2. ¿Para qué nos sirve el sistema musculoesquelético? 3. ¿Cómo se llama la unión entre el hueso y el músculo? 4. ¿Cuántos músculos tenemos? 5. ¿Para qué nos sirve el sistema óseo? 	
Semana 2	Conocer los beneficios de la actividad física y los distintos tipos de ejercicios que se utilizan más frecuentemente (teórico)	<p>Usuario es capaz de reconocer los beneficios de la actividad física, logra mencionar al menos 5 beneficios.</p> <p>Usuario comprende los diversos tipos de ejercicios que se utilizan dentro de las sesiones.</p>	<p>Se comienza el taller comentando el objetivo de este, y los temas a tratar dentro de la actividad.</p> <p>Se comienza definiendo términos que se utilizarán dentro de la exposición como lo son actividad física, ejercicio físico, etc.</p> <p>Se conversa sobre los distintos beneficios que tiene la realización de la actividad física no solo a nivel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Proyector • Hojas • Impresora • Computador -

			<p>corporal si no a nivel psicológico, social, emocional, etc.</p> <p>Se mencionan los diversos tipos de ejercicios físicos que se realizan habitualmente dentro de las sesiones de kinesiología, se explica su definición, características y usos.</p>	
Semana 3	<p>Explicar conceptos como sarcopenia, osteopenia, osteoporosis, dinapenia, artrosis y artritis, abordando su curso clínico y principales características.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Usuario logra definir conceptos patológicos tratados en exposición. 2. Usuario logra indicar síntomas en artrosis y artritis 3. Logra indicar tratamiento para patologías musculares. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se comienza exponiendo sobre patologías a nivel óseo como la osteopenia y osteoporosis, describiendo su sintomatología, factores de riesgo y tratamiento. 2. Posteriormente, se expone sobre patologías a nivel muscular como la sarcopenia y dinapenia, describiendo su curso clínico, etiología, clasificaciones, tamizaje, consecuencias y tratamiento. 3. Se finaliza exponiendo sobre patologías a nivel articular como artrosis y artritis, describiendo su curso clínico, causas, tratamiento y diagnóstico. 4. Actividad final: Preguntas dirigidas hacia los usuarios <p>PREGUNTAS:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Computador - Proyector - Hojas de oficio - Sala multiuso

			<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué es la sarcopenia? 2. ¿Qué es la osteoporosis? 3. ¿Qué síntomas presenta artrosis? 4. ¿Qué síntomas presenta la artritis? 5. ¿Qué ejercicios me ayudan en la sarcopenia? 	
Semana 4	Conocer los distintos tipos de ayudas técnicas y principales características	Usuario capaz de reconocer y usar ayudas técnicas de manera adecuada	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se inicia taller dando a conocer el tema que será abordado en la sesión. 2. Se comienza exposición de taller sobre ayudas técnicas, que son, para que sirven entre otros, además de conceptos asociados al tema 3. Se realiza practica de uso de diferentes ayudas técnicas. 4. Se hace entrega de folleto informativo sobre tipos de ayuda técnica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyector • Hojas • Impresora • Computador • Ayudas técnicas

Nombre del Taller	Taller de Prevención de Caídas
Profesional a Cargo	Klga Juliette Salum Aeschlimann
Nº Participantes	15 participantes
Nº Sesiones	4 sesiones
Lugar	CDR
Día(s) de Realización	Lunes, Martes
Horarios	10:30 a 11:15

Objetivo General	Disminuir Riesgo de Caídas
Objetivo Específicos	Fortalecer musculatura con énfasis en miembro inferior
	Reeducar propiocepción corporal.
	Mejorar equilibrio tanto estático como dinámico
	Educar sobre las caídas y su prevención

Nº sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
1	Mejorar equilibrio tanto estático como dinámico en posturas medias y altas.	Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados.	Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión. Ejercicios de activación muscular y articular: <ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. 	Silla

		<p>Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. <p>Ejercicios de fortalecimiento muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Activación abdominal en sedente, 3 series de 30 repeticiones. • Plantiflexores en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Transición sedente-bípedo, 3 series de 10 repeticiones. • Isquiotibiales en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Sentadillas, 3 series de 15 repeticiones. • Flexión de cadera en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Paso adelante y paso atrás en bípedo, 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. • Paso al lado (abd-add cadera), 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación de miembro inferior y tronco.</p>	
--	--	--	--	--

2	Mejorar fuerza en miembro inferior.	Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados. Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de calentamiento y activación muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. <p>Ejercicios de fortalecimiento muscular de miembro inferior.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abducción de cadera en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones. • Cuádriceps en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Triple flexión de miembro inferior (cadera, rodilla y tobillo) con banda elástica. 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Plantiflexión con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Abducción de cadera en bípedo con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Extensión de cadera con banda elástica en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación de miembro inferior y tronco.</p>	Silla. Banda elástica.
3	Mejorar equilibrio tanto estático como dinámico en	Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de activación muscular y articular:</p>	Silla. Banda elástica.

	<p>posturas medias y altas.</p> <p>Mejorar fuerza muscular tanto de miembro inferior como superior.</p>	<p>ejercicios realizados.</p> <p>Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. <p>Ejercicios de fortalecimiento muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexión de codo, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción de hombro, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción de cadera en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones. • Cuádriceps en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Triple flexión de miembro inferior (cadera, rodilla y tobillo) con banda elástica. 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Sentadillas, 3 series de 15 repeticiones. • Paso adelante y paso atrás en bípedo, 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. • Paso al lado (abd-add cadera), 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. 	
--	---	--	---	--

			Ejercicios de elongación tanto de miembro superior, inferior y tronco.	
4	<p>Mejorar equilibrio tanto estático como dinámico en posturas medias y altas.</p> <p>Mejorar fuerza muscular tanto de miembro inferior como superior.</p>	<p>Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados.</p> <p>Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.</p>	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de activación muscular y articular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. <p>Ejercicios de fortalecimiento muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexión de codo, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción de hombro, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción de cadera en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones. • Cuádriceps en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Triple flexión de miembro inferior (cadera, rodilla y tobillo) con banda elástica. 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. 	<p>Silla.</p> <p>Banda elástica.</p>

			<ul style="list-style-type: none"> • Sentadillas, 3 series de 15 repeticiones. • Paso adelante y paso atrás en bípedo, 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. • Paso al lado (abd-add cadera), 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación tanto de miembro superior, inferior y tronco.</p>	
--	--	--	--	--

Nombre del Taller	Taller estimulación de la marcha (MAYO)
Profesional a Cargo	Klga. Juliette Salum Aeschlimann
Nº Participantes	5 Usuarios
Nº Sesiones	8 Sesiones
Lugar	CDR
Día(s) de Realización	Miércoles
Horarios	10:30 a 11:15

Objetivo General	Disminuir riesgo de caída en usuarios con alteración de la marcha y funcionalidad.
Objetivo Específicos	Modular tono muscular
	Fortalecer musculatura debilitada
	Incorporar planos de movimiento
	Favorecer reacciones de equilibrio y protección
	Reeducar fases de la marcha
	Reeducar transferencia de peso

Número sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
Semana 1	Activación de complejo músculo esquelético, y cardiovascular. Fortalecimiento de mmii generalizado. Mejorar coordinación segmentaria mejorar equilibrio tanto estático como dinámico	<p>Usuario logra realizar el 100% de las actividades de la fase de calentamiento sin dificultad.</p> <p>Usuario logra completar el 75% de los ejercicios propuestos durante el desarrollo del taller.</p>	<p>Se explica a los usuarios el objetivo del taller de estimulación de la marcha.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marcha en el lugar con apoyo (silla/bastón) – 2 min • Movilidad articular tanto de mmss como mmii. • Elevación de brazos con banda elástica – 8 repeticiones • Flexo-extensión de rodillas y flexión de caderas sentado – 10 repeticiones por pierna <p>Desarrollo del taller:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Elevación de piernas sentado con tobillera – 3 x10 por pierna 2. Sentarse y levantarse de la silla con apoyo anterior – 2x8 repeticiones. 3. Marcha lateral 3 series. 4. Fortalecimiento de planti y dorsiflexores (de pie con apoyo) – 2x10 repeticiones 5. Balanceo de pierna hacia adelante y lateral (con silla) – 2x10 cada lado 6. Coordinación mano-pie (tocar rodilla opuesta con mano) – 2x10 repeticiones 	Silla, bastón de madera, banda elástica, tobilleras

			<p>Vuelta a la calma y cierre del taller:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respiración diafragmática sentado – 5 respiraciones profundas • Estiramiento de piernas y espalda baja sentado – 3 repeticiones por lado 	
Semana 2	<p>Mejorar equilibrio dinámico. Mejorar propiocepción Fortalecer musculatura de MMII. Mejorar coordinación dinámica segmentaria. Reeducar marcha.</p>	<p>Usuario logra realizar el 100% de las actividades de la fase de calentamiento sin dificultad.</p> <p>Usuario logra completar el 75% de los ejercicios propuestos durante el desarrollo del taller.</p>	<p>Se da bienvenida a los usuarios y se comenta los objetivos de la sesión.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilización activa en bípedo para MMSS y en sedente MMII (movimientos combinados).</p> <ul style="list-style-type: none"> • MMSS (Hombros, codos y muñecas): 10 rep. x 2 series c/l. • MMII (Caderas, rodillas y tobillos): 10 rep. x 2 series c/l. • Flexión de cadera + dorsi-plantiflexión. • Extensión de rodilla + circunducción de tobillo. <p>Desarrollo del taller:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortalecimiento de planti y dorsiflexores (de pie con apoyo) – 3 x10 repeticiones • En Bípedo: abducción de pierna con banda elástica – 3x8 • Marcha lateral con banda elástica • Marcha en zigzag • Trabajo de coordinación codo rodilla alternado 3x 20 rep 	<p>Silla, Bastón, conos, obstáculos, balón pequeño, banda elástica.</p>

			<ul style="list-style-type: none"> • Caminata libre (con monitoreo del patrón) según ritmo indicado – 3 min <p>Vuelta a la calma y cierre del taller:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respiración profunda sentado – 5 ciclos • Estiramiento de cuádriceps en silla – 2x20 seg • Movilidad cervical suave – 3 rep • Masaje plantar o descarga con balón 	
Semana 3	<p>Mejorar equilibrio dinámico.</p> <p>Mejorar propiocepción</p> <p>Fortalecer musculatura de MMII.</p> <p>Mejorar coordinación dinámica segmentaria.</p> <p>Potenciar reacciones posturales en bípedo.</p> <p>Reeducar marcha.</p>	<p>Usuario logra realizar el 100% de las actividades de la fase de calentamiento sin dificultad.</p> <p>Usuario logra completar el 75% de los ejercicios propuestos durante el desarrollo del taller.</p>	<p>Se explica a los usuarios el objetivo de la sesión del taller de estimulación de la marcha.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marcha con brazos activos (sin peso) – 2 min • Movilidad de mmss y mmii – • Flexo-extensión mmii generalizada con ayuda de banda elástica – 10 rep • Abd de hombro con banda – 2x8 <p>Desarrollo taller:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sentado: elevación alterna de piernas con banda – 2x10 • Transición sedente bípedo – 2x10 repeticiones • Estocada con bastón – 3x6 por pierna • Marcha rodilla al pecho – 3x20 • Estiramiento dinámico (pasos amplios) – 2x10 • Coordinación cruzada: codo a rodilla contraria – 3 x 20 rep • Flexión de hombro con bastón y peso – 2x10 	<p>Silla, Bastón, conos, obstáculos, balón pequeño, banda elástica.</p>

			<p>Vuelta a la calma y cierre del taller:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respiración guiada • Estiramiento suave lumbar sentado • Rotación suave de hombros y cuello • Estiramiento isquios y gemelos 	
Semana 4	<p>Mejorar equilibrio dinámico. Mejorar propiocepción Fortalecer musculatura de MMII. Mejorar coordinación dinámica segmentaria. Potenciar reacciones posturales en bípedo. Favorecer disociación de cintura escapular y pélvica Reeducar marcha.</p>	<p>Usuario logra realizar el 100% de las actividades de la fase de calentamiento sin dificultad.</p> <p>Usuario logra completar el 75% de los ejercicios propuestos durante el desarrollo del taller.</p>	<p>Se explica a los usuarios el objetivo de la sesión del taller de estimulación de la marcha.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Marcha en el lugar con brazos activos – 4 min • Movilidad de mmii generalizada • Movilidad de tronco suave sentado • Flexión hombros cruzados con banda – 2x8 <p>Desarrollo taller:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fortalecimiento cuádriceps en sedente con banda elástica – 3 x 15 rep por lado 2. Caminata con cambio de dirección – 3 min 3. Transición sedente bípedo con variaciones de velocidad durante 2 minutos 4. Marcha lateral guiada 5. Ejercicios de equilibrio estático unipodal – 3x6 6. Coordinación cruzada con bastón (diagonal) – 2x8 7. Tocar cono desde sentado (rotación) – 2x10 <p>Vuelta a la calma</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Respiración guiada 2. Movilidad cervical 	<p>Silla, Bastón, conos, obstáculos, balón pequeño, banda elástica.</p>

			<ol style="list-style-type: none"> 3. Estiramiento de brazos y espalda 4. Masaje plantar 	
Semana 5	<p>Mejorar equilibrio dinámico.</p> <p>Mejorar propiocepción</p> <p>Fortalecer musculatura de MMII.</p> <p>Mejorar coordinación dinámica segmentaria.</p> <p>Potenciar reacciones posturales en bípedo.</p> <p>Favorecer disociación de cintura escapular y pélvica</p> <p>Reeducar marcha.</p>	<p>Usuario logra realizar el 100% de las actividades de la fase de calentamiento sin dificultad.</p> <p>Usuario logra completar el 75% de los ejercicios propuestos durante el desarrollo del taller.</p>	<p>Se explica a los usuarios el objetivo de la sesión del taller de estimulación de la marcha.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Marcha con música (pasos marcados) – 5 min 2. Movilidad cadera-rodilla – 3 x 20 rep 3. Brazos al frente + flexo-extensión – 3 x 10 rep 4. Plantiflexión y dorsiflexión en sedente – 3x 10 rep <p>Desarrollo taller:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Paso lateral con bastón – 2x8 2. Trabajo de circuitos de desplazamiento sobre diversas superficies, obstáculos de mediana altura. 3. Desplazamientos sobre escalera y rampla. <p>Vuelta a la calma</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Respiración diafragmática 2. Estiramiento de cuádriceps y espalda 3. Movilidad de cuello y hombros 	Silla, Bastón, conos, obstáculos, balón pequeño, banda elástica.
Semana 6	<p>Mejorar equilibrio dinámico.</p> <p>Mejorar propiocepción</p>	<p>Usuario logra realizar el 100% de las actividades de la fase de</p>	<p>Se explica a los usuarios el objetivo de la sesión del taller de estimulación de la marcha.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Marcha con música suave y bastón (5 min) 2. Movilidad articular activa 	Silla, Bastón, conos, obstáculos, balón pequeño, banda elástica.

	<p>Fortalecer musculatura de MMII.</p> <p>Mejorar coordinación dinámica segmentaria.</p> <p>Potenciar reacciones posturales en bípedo.</p> <p>Favorecer disociación de cintura escapular y pélvica</p> <p>Reeducar marcha.</p>	<p>calentamiento sin dificultad.</p> <p>Usuario logra completar el 75% de los ejercicios propuestos durante el desarrollo del taller.</p>	<p>Desarrollo del taller:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sentadillas 3 x 10 rep. 2. Marcha lateral con banda elástica. 3. Circuito de marcha, obstáculos y superficies. <p>Vuelta a la calma</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Respiración diafragmática 2. Estiramiento de mmii y tronco. 	
<p>Semana 7</p>	<p>Mejorar equilibrio dinámico.</p> <p>Mejorar propiocepción</p> <p>Fortalecer musculatura de MMII.</p> <p>Mejorar coordinación dinámica segmentaria.</p>		<p>Se explica a los usuarios el objetivo de la sesión del taller de estimulación de la marcha.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Marcha con música suave y bastón (5 min) 2. Movilidad articular activa <p>Desarrollo Taller:</p> <p>Marcha en el lugar con cambios de ritmo (rápido-)</p> <p>Mini circuito funcional por estaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estación 1: Sentarse y levantarse 5 veces seguidas sin usar manos 	<p>Silla, Bastón, conos, obstáculos, balón pequeño, banda elástica.</p>

	<p>Potenciar reacciones posturales en bípedo.</p> <p>Favorecer disociación de cintura escapular y pélvica</p> <p>Reeducar marcha.</p>		<ul style="list-style-type: none"> Estación 2: Marcha con bastón entre conos (zigzag, 2 recorridos) Estación 3: Paso sobre obstáculos (3 objetos bajos) sin tocar el suelo lateralmente Estación 4: Tocar cono con mano contraria desde posición sentado (rotación + flexión) Estación 5: Marcha lateral sobre línea con banda elástica en tobillos – 8 pasos por lado Estación 6: Elevación de rodilla y mantener equilibrio (5 seg) – 3 rep por pierna Estación 7: Coordinación cruzada pie-mano en posición de pie (con silla cerca) <i>Cada estación dura 3 minutos, con rotación controlada.</i> <i>Supervisión constante del facilitador para evitar riesgos.</i> <p>Vuelta a la calma</p> <ol style="list-style-type: none"> Respiración diafragmática Estiramiento de mmii y tronco. 	
Semana 8	<p>Mejorar equilibrio dinámico.</p> <p>Mejorar propiocepción</p> <p>Fortalecer musculatura de MMII.</p> <p>Mejorar coordinación</p>	<p>Usuario logra realizar el 100% de las actividades de la fase de calentamiento sin dificultad.</p> <p>Usuario logra completar el 75% de los ejercicios propuestos durante</p>	<p>Se explica a los usuarios el objetivo de la sesión del taller de estimulación de la marcha.</p> <p>Se comienza con ejercicios de activación muscular y movilidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> Marcha con música suave y bastón (5 min) Movilidad articular activa <p>Desarrollo Taller:</p> <p>Mini circuito funcional por estaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> Estación 1: Sentarse y levantarse 5 veces seguidas sin usar manos 	<p>Silla, Bastón, conos, obstáculos, balón pequeño, banda elástica.</p>

	<p>dinámica segmentaria. Potenciar reacciones posturales en bípedo. Favorecer disociación de cintura escapular y pélvica Reeducar marcha.</p>	<p>el desarrollo del taller.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Estación 2: Marcha con bastón entre conos (zigzag, 2 recorridos) Estación 3: Paso sobre obstáculos (3 objetos bajos) sin tocar el suelo lateralmente • Estación 4: Tocar cono con mano contraria desde posición sentado (rotación + flexión) Estación 5: Marcha lateral sobre línea con banda elástica en tobillos – 8 pasos por lado Estación 6: Elevación de rodilla y mantener equilibrio (5 seg) – 3 rep por pierna Estación 7: Coordinación cruzada pie-mano en posición de pie (con silla cerca) <p>Marcha durante 5 minutos con cambios de dirección y velocidades. Vuelta a la calma</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Respiración diafragmática 2. Estiramiento de mmii y tronco. 	
--	---	----------------------------------	---	--

Nombre del Taller	Taller de actividad física- gerontomotricidad
Profesional a Cargo	Klga. Juliette Salum Aeschlimann
Nº Participantes	Grupos de 15 usuarios.
Nº Sesiones	8 Sesiones
Lugar	CDR Presencial.
Día(s) de Realización	Lunes y Martes
Horarios	11:00 a 12:00

Objetivo General	Aumentar y/o mantener la funcionalidad de los usuarios con el fin de facilitar tanto la realización de las AVD y el desplazamiento de una manera segura.
Objetivo Específicos	Mejorar la capacidad cardiorrespiratoria.
	Mejorar desempeño en las actividades de la vida diaria que requieran esfuerzo físico.
	Fortalecer musculatura de manera generalizada.
	Favorecer el desarrollo y/o mantención de los aspectos psicomotrices en los usuarios del CDR
	Mejorar equilibrio tanto estático como dinámico.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
1ª semana	Reforzar conocimientos básicos sobre la actividad física y realizar evaluación diagnóstica de los usuarios.	Usuarios comprenden la importancia y los beneficios de la actividad física. Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados.	<p>Se comienza realizando la inducción al taller de GG, explicando la metodología de trabajo y lo que se espera de los usuarios en el transcurso del taller.</p> <p>Se refuerzan los aspectos básicos de la actividad física, sus beneficios y recomendaciones.</p> <p>Realizamos ejercicios de activación muscular, flexibilidad y fortalecimiento tanto de miembro superior como inferior con la finalidad de realizar un diagnóstico de la condición tanto física como funcional de los usuarios.</p> <ul style="list-style-type: none"> Ejercicios: Movilizaciones de MMSS y MMII Movilizaciones de cabeza y tronco. Ejercicios de activación muscular de MMSS (flexores y abductores de hombro, flexores y extensores de codo) 2 series de 15 repeticiones. 	Silla con respaldo firme. Mancuernas (botellas con agua) de medio kg.

			<p>Ejercicios de activación muscular de MMII (flexores de cadera, extensores de rodilla, platiflexores de tobillo) 2 series de 15 repeticiones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicios de Fortalecimiento muscular MMSS (flexores y abductores de hombro, flexores y extensores de codo) 2 series de 15 repeticiones. • Ejercicios de Fortalecimiento muscular MMII (flexores de cadera, extensores de rodilla, platiflexores de tobillo) 2 series de 15 repeticiones. • Ejercicios de respiración 10 repeticiones. 	
2ª semana	<p>Mejorar flexibilidad y activar musculatura. Conocer y aplicar escala de EVA y BORG</p>	<p>Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados. Usuarios son capaces de reconocer y aplicar la escala de EVA y BORG.</p>	<p>Se realiza educación sobre la escala de EVA y BORG, posteriormente se aplica durante la realización del taller.</p> <p>Se realizarán ejercicios de flexibilidad y activación muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. • Inclinaciones de tronco con bastón en sedente, 10 repeticiones bilateral. • Elongación de tronco, 6 repeticiones. 	<p>Silla con respaldo firme. Escala de BORG y EVA</p>

<p>3^o semana</p>	<p>Mejorar fuerza en miembro inferior.</p>	<p>Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados. Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.</p>	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de activación articular y muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. <p>Ejercicios de fortalecimiento muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abducción de cadera en sedente, 4 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Paso adelante ya atrás en sedente, 4 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Flexión de cadera en sedente, 4 series de 15 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación de miembro inferior.</p>	<p>Silla.</p>
<p>4^o semana</p>	<p>Mejorar fuerza en miembro superior.</p>	<p>Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados.</p>	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de calentamiento y activación muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. 	<p>Mancuernas. Balón pequeño.</p>

		Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.	<p>Ejercicios de fortalecimiento muscular de miembro superior.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexión de codo, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción de hombro, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Rotaciones de hombro (externa e interna), 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Fortalecimiento de músculo pectoral, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Fortalecimiento extensores y flexores de muñeca, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción-Aducción de hombro, 3 series de 1 a 2 minutos. • Flexión de hombro, 3 series de 1 a 2 minutos. <p>Ejercicios de elongación de miembro superior.</p>	
5ª semana	Mejorar fuerza en miembro inferior.	Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados.	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de calentamiento y activación muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. 	Silla. Banda elástica.

		Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.	<p>Ejercicios de fortalecimiento muscular de miembro inferior.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abducción de cadera en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones. • Cuádriceps en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Triple flexión de miembro inferior (cadera, rodilla y tobillo) con banda elástica. 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Plantiflexión con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Abducción de cadera en bípedo con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Extensión de cadera con banda elástica en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación de miembro inferior y tronco.</p>	
6ª semana	Mejorar fuerza en miembro superior.	Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados. Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de calentamiento y activación muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. <p>Ejercicios de fortalecimiento muscular de miembro superior.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Activación de ABD de hombro con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones. 	Mancuernas. Banda elástica. Bastón de madera.

			<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecimiento de romboide y manguito rotador con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Fortalecimiento de manguito rotador y rotadores externos de hombro con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Fortalecimiento de bíceps con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Fortalecimiento de musculatura periarticular de muñeca y mano con bastón y peso, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación de miembro superior y tronco.</p>	
7ª semana	Mejorar equilibrio tanto estático como dinámico en posturas medias y altas.	Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados. Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de activación muscular y articular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. 	Silla

			<p>Ejercicios de fortalecimiento muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Activación abdominal en sedente, 3 series de 30 repeticiones. • Plantiflexores en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Transición sedente-bípedo, 3 series de 10 repeticiones. • Isquiotibiales en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Sentadillas, 3 series de 15 repeticiones. • Flexión de cadera en bípedo, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Paso adelante y paso atrás en bípedo, 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. • Paso al lado (abd-add cadera), 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación de miembro inferior y tronco.</p>	
8ª semana	<p>Mejorar equilibrio tanto estático como dinámico en posturas medias y altas. Mejorar fuerza muscular tanto de miembro</p>	<p>Los usuarios son capaces de realizar sin dificultades la totalidad de los ejercicios realizados.</p>	<p>Reforzar conceptos de escala de EVA y BORG y cuantificar durante la sesión.</p> <p>Ejercicios de activación muscular y articular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotaciones y flexo-extensiones de cuello, 3 repeticiones de 15 segundos. • Flexión de hombros, 2 series de 10 repeticiones bilateral. • Flexión de codo, 2 series de 10 repeticiones bilateral. 	<p>Silla. Banda elástica.</p>

	inferior como superior.	Los usuarios aplican las escalas de BORG y EVA.	<ul style="list-style-type: none"> • Flexión de cadera en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Extensión de rodilla en sedente, 2 series de 20 repeticiones bilateral. • Plantiflexores en sedente, 2 series de 15 repeticiones bilateral. <p>Ejercicios de fortalecimiento muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Flexión de codo, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción de hombro, 3 series de 15 repeticiones bilateral, con peso según tolerancia del usuario. • Abducción de cadera en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones. • Cuádriceps en sedente con banda elástica, 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Triple flexión de miembro inferior (cadera, rodilla y tobillo) con banda elástica. 3 series de 15 repeticiones de manera bilateral. • Sentadillas, 3 series de 15 repeticiones. • Paso adelante y paso atrás en bípedo, 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. • Paso al lado (abd-add cadera), 3 series de 20 repeticiones de manera bilateral. <p>Ejercicios de elongación tanto de miembro superior, inferior y tronco.</p>	
--	-------------------------	---	--	--

--	--	--	--	--

Planificación de Talleres Psicología

Nombre del Taller	Habilidades Sociales / Comunicación
Profesional a Cargo	Felipe Mendoza Toloza
Nº Participantes	12/15 participantes (por dos grupos)
Nº Sesiones	4 sesiones
Lugar	Sala de estar, sala multiuso
Día(s) de Realización	Lunes, martes, miércoles y jueves
Horarios	Lunes, martes y miércoles a las 10:30 horas a 11:15 – jueves 15:45 a 16:30 horas

Objetivo General	Fortalecer las habilidades de comunicación de los usuarios, en función de disminuir conflictivas a partir de esta en las relaciones interpersonales.
Objetivo Específicos	Conocer el concepto comunicación y sus componentes básicos.
	Relacionar la comunicación y sus implicancias en las relaciones interpersonales
	Fortalecer la comunicación verbal y no verbal
	Conocer las barreras de la comunicación

Observaciones:
 Los objetivos pueden sufrir modificaciones considerando la incorporación que hagan los usuarios de algunos conceptos abordados durante la temática de Comunicación bajo el alero del taller de Habilidades Sociales. Es importante considerar que existen incidencias propias de un taller

que aborda temáticas de comunicación dadas por la interacción entre las personas, el grupo (cantidad de personas de este) así como la estrategia utilizada para abordar el tema, lo que pudiese traducirse en que un objetivo propuesto para un taller, se deberá ejecutar en 2 sesiones.

Nombre del Taller	Habilidades Sociales / Comunicación						
Profesional a Cargo	Felipe Mendoza Toloza						
Día realización	Lunes, martes, miércoles y jueves.	Horario	10:30 horas	Mes	Abril	Lugar	Sala de estar, sala multiuso

Observaciones: En consideración que estos talleres y temáticas tienen su inicio en temporada donde comienza a presentarse más usuarios con problemas de salud ligados a gripes y resfríos, considerar que pueden alterarse los

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
09-04-2025	Conocer el concepto de comunicación y sus principales implicancias en la praxis	Participación de usuarios en el taller	Se comenzará con una presentación donde se explorará, junto a los usuarios, los aspectos principales del proceso comunicativo. Se abordarán conceptos como “emisor, receptor, etc”, y la importancia de comunicar. Esto se realizará mediante el diálogo con los usuarios. Así también, a través de imágenes, se discutirá sobre las diferentes maneras con las cuales se expresa la comunicación, más allá de lo verbal, y sobre las implicancias de siempre “estar comunicando”.	Proyecto Presentación ppt

10-04-2025	Conocer el concepto de comunicación y sus principales implicancias en la praxis	Participación de usuarios en el taller	Se comenzará con una presentación donde se explorará, junto a los usuarios, los aspectos principales del proceso comunicativo. Se abordarán conceptos como “emisor, receptor, etc”, y la importancia de comunicar. Esto se realizará mediante el diálogo con los usuarios. Así también, a través de imágenes, se discutirá sobre las diferentes maneras con las cuales se expresa la comunicación, más allá de lo verbal, y sobre las implicancias de siempre “estar comunicando”.	Proyecto Presentación ppt
14-04-2025	Identificar la importancia de la comunicación en las relaciones interpersonales	Participación de usuarios(as), realización de actividad de interacción.	Se agrupará a los usuarios en parejas que serán escogidas por los encargados de la actividad. Estas parejas estarán separadas unas de otras. Una persona de la pareja deberá contar una breve anécdota o experiencia de su infancia/adolescencia mientras la otra persona deberá escuchar. Para esto, se otorgará un tiempo de 4 a 5 min aproximadamente. Luego de esto, se repite esta acción, pero a la inversa (la persona que escuchó ahora deberá contar algo). La regla es que la persona que escuche no puede hablar ni interrumpir el relato de quien esté hablando. Posteriormente, se les pedirá a los usuarios que refieran algo importante que hayan obtenido de la escucha de la anécdota de su pareja.	No se requiere material / apoyo visual a modo de orientación (ppt)

			Para finalizar, se dará tiempo a la reflexión en conjunto con los usuarios, explorando qué fue lo más significativo de escuchar y conocer (a pequeños rasgos) a la otra persona.	
15-04-2025	Identificar la importancia de la comunicación en las relaciones interpersonales	Participación de usuarios(as), realización de actividad de interacción.	<p>Se agrupará a los usuarios en parejas que serán escogidas por los encargados de la actividad. Estas parejas estarán separadas unas de otras. Una persona de la pareja deberá contar una breve anécdota o experiencia de su infancia/adolescencia mientras la otra persona deberá escuchar. Para esto, se otorgará un tiempo de 4 a 5 min aproximadamente. Luego de esto, se repite esta acción, pero a la inversa (la persona que escuchó ahora deberá contar algo). La regla es que la persona que escuche no puede hablar ni interrumpir el relato de quien esté hablando.</p> <p>Posteriormente, se les pedirá a los usuarios que refieran algo importante que hayan obtenido de la escucha de la anécdota de su pareja.</p> <p>Para finalizar, se dará tiempo a la reflexión en conjunto con los usuarios, explorando qué fue lo más significativo de escuchar y conocer (a pequeños rasgos) a la otra persona.</p>	No se requiere material / apoyo visual a modo de orientación (ppt)

16-04-2025	Fortalecer la comunicación “verbal y no verbal”	Participación de usuarios	<p>Se dividirá a los usuarios en dos grupos. De estos grupos, un usuario será el encargado de realizar, mediante mímicas, las acciones que los encargados les presentarán en tarjetas. El grupo al que pertenezcan deberá acertar y decir cuál es la acción que se está representando. Sólo será correcta la respuesta si la acción mencionada es exacta con lo que está escrito en la tarjeta. El encargado/a de realizar la mímica no puede hablar ni realizar ningún tipo de sonido para orientar a los participantes.</p> <p>Luego de realizar la actividad se dará paso a la reflexión grupal. Donde se abordará la importancia de comunicar no solo con la voz sino también con los gestos. Así también se expondrá mediante una breve presentación algunas características de la comunicación verbal y no verbal, junto con las diferentes situaciones donde están presentes.</p>	<p>Tarjetas con acciones</p> <p>Presentación en ppt</p> <p>proyector</p>
17-04-2025	Fortalecer la comunicación “verbal y no verbal”	Participación de usuarios	<p>Se dividirá a los usuarios en dos grupos. De estos grupos, un usuario será el encargado de realizar, mediante mímicas, las acciones que los encargados les presentarán en tarjetas. El grupo al que pertenezcan deberá acertar y decir cuál es la acción que se está representando. Sólo será correcta la respuesta si la acción mencionada es exacta con lo que está escrito en la tarjeta. El</p>	<p>Tarjetas con acciones</p> <p>Presentación en ppt</p> <p>proyector</p>

			<p>encargado/a de realizar la mímica no puede hablar ni realizar ningún tipo de sonido para orientar a los participantes.</p> <p>Luego de realizar la actividad se dará paso a la reflexión grupal. Donde se abordará la importancia de comunicar no solo con la voz sino también con los gestos. Así también se expondrá mediante una breve presentación algunas características de la comunicación verbal y no verbal, junto con las diferentes situaciones donde están presentes.</p>	
21-04-2025	Reconocer las barreras presentes en la comunicación	Participación de usuarios(as)	Se hablará acerca de las barreras que impiden muchas veces una comunicación fluida. (Barreras semánticas o de idioma, barreras fisiológicas y culturales). Para esto se realizará la sesión con la ayuda de material audiovisual y gráfico (videos e imágenes) para ejemplificar y analizar dichas barreras con los usuarios.	<p>Proyector</p> <p>Presentación PPT</p> <p>Videos/imágenes ejemplificando “barreras en la comunicación”</p>
22-04-2025	Reconocer las barreras presentes en la comunicación	Participación de usuarios(as)	Se generará una introducción respecto de las barreras que impiden una comunicación fluida. (Barreras semánticas o de idioma, barreras fisiológicas y culturales). Para esto se realizará la sesión con la ayuda de material audiovisual y gráfico (videos e imágenes) para ejemplificar y analizar dichas barreras con los usuarios.	<p>Proyector</p> <p>Presentación PPT</p> <p>Videos/imágenes ejemplificando “barreras en la comunicación”</p>

23-04-2025	Identificar los elementos presentes en la resolución de un conflicto	Participación de usuarios / aplicación de encuesta de satisfacción	Se creará una situación en la cuál los usuarios presentes deberán elegir entre varias opciones para viajar (lago, río, termas) entre otros. En dicha instancia se comentará los beneficios y dificultades presentes en cada opción. En este ejercicio inicial se expondrán aquellas acciones o elementos que dificultaron los “acuerdos” para posteriormente analizar en presentación aquellas acciones que pueden beneficiar la toma de decisiones grupales.	Presentación en ppt (data)
24-04-2025	Identificar los elementos presentes en la resolución de un conflicto	Participación de usuarios / aplicación de encuesta de satisfacción	Se creará una situación en la cual los usuarios presentes deberán elegir entre varias opciones para viajar (lago, río, termas) entre otros. En dicha instancia se comentará los beneficios y dificultades presentes en cada opción. En este ejercicio inicial se expondrán aquellas acciones o elementos que dificultaron los “acuerdos” para posteriormente analizar en presentación aquellas acciones que pueden beneficiar la toma de decisiones grupales.	Presentación en ppt (data)
28-04-2025	Distinguir los elementos presentes en la comunicación e interacción con otros	Participación de usuarios(as)	Se dividirá al grupo en 2, instancia en la cual se les expondrá un tema el cuál deben “defender” argumentando de la manera más sólida y clara (especie debate) de por qué su posición es la mejor dentro del espacio de conversación.	Material con información respecto de 2 candidatos presidenciales (ficticios o reales)

			<p>Dentro de dicho “debate” un equipo deberá defender un “candidato presidencial” y por otra parte generar preguntas al equipo opuesto.</p> <ul style="list-style-type: none"> - exposición de su “candidato” - tomar argumentos del equipo opuesto y generar preguntas. - preparar respuestas - concluir <p>Posterior a esto, se generará una conversación respecto de qué elementos fueron clave a la hora de defender su postura, el trabajo en equipo y determinar qué equipo hizo mejor uso de los elementos que componen un debate y eventual “ganador”</p>	
29-04-2025	Distinguir los elementos presentes en la comunicación e interacción con otros	Participación de usuarios(as)	<p>Se dividirá al grupo en 2, instancia en la cual se les expondrá un tema el cuál deben “defender” argumentando de la manera más sólida y clara (especie debate) de por qué su posición es la mejor dentro del espacio de conversación.</p> <p>Dentro de dicho “debate” un equipo deberá defender un “candidato presidencial” y por otra parte generar preguntas al equipo opuesto.</p> <ul style="list-style-type: none"> - exposición de su “candidato” - tomar argumentos del equipo opuesto y generar preguntas. - preparar respuestas 	Material con información respecto de 2 candidatos presidenciales (ficticios o reales)

			<p>- concluir</p> <p>Posterior a esto, se generará una conversación respecto de qué elementos fueron clave a la hora de defender su postura, el trabajo en equipo y determinar qué equipo hizo mejor uso de los elementos que componen un debate y eventual “ganador”</p>	
--	--	--	---	--

Nombre del Taller	Autoestima / Autoconcepto
Profesional a Cargo	Felipe Mendoza Toloza
Nº Participantes	10/14
Nº Sesiones	8
Lugar	Sala taller, Sala de estar, Sala Multiuso
Día(s) de Realización	Lunes, martes, miércoles, jueves.
Horarios	10:30 hrs

Objetivo General	Fortalecer la Autoestima
Objetivo Específicos	Conocer e integrar el conceptualmente el “autoconcepto”
	Promover el desarrollo de la “autoimagen” y la de los demás
	Identificar cualidades individuales (personales) y la de los compañeros
	Reflexionar sobre las implicancias del autoconcepto “positivo” en la autoestima (su importancia)

	Reconocer como aquellas cualidades personales, pueden ser identificadas y valoradas según contexto.

Observaciones:

El número de usuarios variará dependiendo de la contingencia en términos de motivación, enfermedades u otros compromisos. Además, es probable que alguno de los contenidos se deba reforzar considerando ausencias o la afectividad de la estrategia utilizada para incorporar estos conceptos en términos psicoeducativos.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
26-03-2025	Conocer el concepto de autoestima y autoconcepto	Participación de usuarios en taller	Se introduce el concepto de autoconcepto a través de una actividad lúdica donde los usuarios(as) donde le presentan en físico una cantidad de cualidades que deben ayudar a reconocer en otros(as) usuarios(as) con los que se permite introducir el “autoconcepto como temática”	Tarjetas con cualidades
27-03-2025	Conocer el concepto de autoestima y autoconcepto	Participación de usuarios en taller	Se introduce el concepto de autoconcepto a través de una actividad lúdica donde los usuarios(as) donde le presentan en físico una cantidad de cualidades que deben ayudar a reconocer en otros(as) usuarios(as) con los que se permite introducir el “autoconcepto como temática”	Tarjetas con cualidades

31-03-2025	Identificar cualidades propias en función del autoconcepto	Participación de los usuarios en taller	En el taller se utiliza un espejo, para la realización de una actividad donde la persona describir algo que físicamente que le guste de ella misma. Dicha actividad permite reconocer y genera un conversatorio en función de este ejercicio.	Espejo, proyector.
01-04-2025	Identificar cualidades propias en función del autoconcepto	Participación de los usuarios en taller	En el taller se utiliza un espejo, para la realización de una actividad donde la persona describir algo que físicamente que le guste de ella misma. Dicha actividad permite reconocer y genera un conversatorio en función de este ejercicio.	Espejo, proyector.
02-04-2025	Promover y concientizar respecto de la importancia del autoconcepto	Participación y reflexión de usuarios(as) en taller.	Se generará una instancia reflexiva y psicoeducativa. Se presentarán una serie de situaciones donde tanto las cualidades positivas incluso pudiesen “considerarse” negativamente dependiendo del contexto. Se genera un conversatorio.	Proyector de vídeo (data)
03-04-2025	Promover y concientizar respecto de la importancia del autoconcepto	Participación y reflexión de usuarios(as) en taller.	Se generará una instancia reflexiva y psicoeducativa. Se presentarán una serie de situaciones donde tanto las cualidades positivas incluso pudiesen “considerarse” negativamente dependiendo del contexto. Se genera un conversatorio.	Proyector de vídeo (data)
07-04-2025	Fortalecer las cualidades, aptitudes y características	Reflexión y participación de usuarios(as)	Siguiendo la línea de la presentación anterior, se sigue una presentación que busca poner sobre la mesa las atribuciones que se le pueden	Proyector de vídeo (data)

			dar socialmente a algunas características, aptitudes o cualidades	
08-04-2025	Fortalecer las cualidades, aptitudes y características	Reflexión y participación de usuarios(as)	Siguiendo la línea de la presentación anterior, se sigue una presentación que busca poner sobre la mesa las atribuciones que se le pueden dar socialmente a algunas características, aptitudes o cualidades	Proyector de vídeo (data)

Nombre del Taller	Autoestima
Profesional a Cargo	Felipe Mendoza
Nº Participantes	10 - 14 usuarios(as) (por dos grupos)
Nº Sesiones	4 sesiones
Lugar	Sallas Taller/Sala Estar
Día(s) de Realización	Lunes, martes, miércoles y jueves
Horarios	10:00 hrs de lunes a miércoles y jueves a las 15:45 hrs

Objetivo General	Fortalecer la autoestima de las personas mayores
Objetivo Específicos	Conocer los elementos que están a la base de una autoestima positiva y negativa
	Desarrollar potencialidades en función de las cualidades de cada persona
	Favorecer el desarrollo de una buena autoestima.

Observaciones:

El orden y cantidad de taller está sujeto a modificaciones considerando incidencias en la cantidad de usuarios participantes, la dinámica del mismo taller y posibilidad de generar talleres o actividades anexas si alguno de los objetivos del taller no se llevó a cabo de manera satisfactorias con las actividades planteadas

Observaciones:

En función de la participación y percepción de que los usuarios hayan logrado incorporar los conceptos y estrategias abordadas relacionadas con la autoestima, se considerará la adaptación de alguno de los talleres realizados. El registro de asistencia se llevará en un apartado diferente dado que por situaciones circunstanciales los participantes del taller, así como la cantidad de estos, pueden variar.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
5 de mayo 2025	Conocer y comprender el concepto de autoestima	Participación de los usuarios (as)	Sesión de carácter psicoeducativo donde se abordará la descripción del concepto de autoestima, cuáles son las dimensiones que considera, qué implicancias personales e históricas están en juego para el desarrollo de nuestra autoestima, entre otros temas.	Presentación ppt Proyector de video (data)
6 de mayo 2025	Conocer y comprender el concepto de autoestima	Participación de los usuarios (as)	Sesión de carácter psicoeducativo donde se abordará la descripción del concepto de autoestima, cuáles son las dimensiones que considera, qué implicancias personales e históricas están en juego para el desarrollo de nuestra autoestima, entre otros temas.	Presentación ppt Proyector de video (data)
7 - 8 de mayo 2025	Desarrollar potencialidades de las personas mayores	Participación de usuarios Realización del ejercicio	En esta sesión se abordarán los conceptos mencionados en el taller anterior y se generará una retroalimentación para dar cuenta de la incorporación de dicha información. Posterior a esto, se les pedirá realizar una actividad donde	20 hojas de papel 2 cintas de scotch

			<p>los usuarios deberán construir la “torre más alta” ocupando sólo 10 hojas de papel con un poco de scotch. Dicha actividad buscará potenciar habilidades de comunicación, trabajo en equipo, resolución de conflictos y mediación, para lograr el objetivo.</p> <p>Una vez finalizado, se generará un conversatorio donde los usuarios podrán referir los obstaculizadores, pero por sobre todo las fortalezas desplegadas para la realización de dicha actividad. De la misma manera se le pedirá a los usuarios que puedan referir las cualidades y aptitudes que vieron en sus compañeros y compañeras para la realización de dicha actividad.</p>	Data (proyector)
12 – 13 de mayo 2025	Desarrollar potencialidades de las personas mayores	Participación de usuarios Realización del ejercicio	<p>Con la utilización del “jenga gigante” se buscará en primera instancia que los usuarios puedan construir la torre más grande. No obstante, para poder construir, deberán responder algunas preguntas de cultura general, la que les permitirá “ganar un bloque” para construir la “torre”. Dicha actividad pone en valor el conocimiento (pragmático o descriptivo) lo que se traduce en algo “valioso” de cada persona.</p>	<p>Bloques de Jenga Gigantes</p> <p>Data (con preguntas)</p>
14 y 15 de mayo 2025	Favorecer el desarrollo de una autoestima positiva	Participación de usuarios y responder encuesta de satisfacción.	<p>A modo de conclusión del taller, se hará una síntesis de las actividades realizadas, en función de facilitar la incorporación de los conceptos abordados. Se adjuntarán imágenes con los</p>	Proyector de vídeo (data)

			<p>elementos desarrollados, y se generará una retroalimentación por parte de los(as) exponentes respecto de su participación y el despliegue de sus habilidades.</p> <p>Lo anterior buscando favorecer el desarrollo de una autoestima “positiva”. Se genera un conversatorio final.</p>	
--	--	--	--	--

Nombre del Taller	Salud Mental; depresión, ansiedad y estrés.
Profesional a Cargo	Felipe Mendoza
Nº Participantes	10 - 14 usuarios(as) (por dos grupos)
Nº Sesiones	8 sesiones
Lugar	Sallas Taller/Sala Estar
Día(s) de Realización	Lunes, martes, miércoles y jueves
Horarios	10:00 hrs de lunes a miércoles y jueves a las 15:45 hrs

Objetivo General	Incorporar estrategias para la identificación y abordaje de problemáticas de salud mental más prevalentes y contingentes.
Objetivo Específicos	Conocer que se entiende por depresión, ansiedad y estrés
	Describir cómo la depresión, ansiedad y estrés se expresan en la cotidianidad.
	Incorporar

Observaciones:

El orden y cantidad de taller está sujeto a modificaciones considerando incidencias en la cantidad de usuarios participantes, la dinámica del mismo taller y posibilidad de generar talleres o actividades anexas si alguno de los objetivos del taller no se llevó a cabo de manera satisfactorias con las actividades planteadas.

Observaciones:

La cantidad de participantes en estos talleres queda sujeta a modificaciones considerando que, si bien se hizo una proyección tentativa de nombres de participantes, esta puede mutar considerando compromisos de los usuarios, situaciones médicas o de enfermedad y/o la necesidad de reestructurar alguna jornada den CDR producto de algún tipo de actividad extraprogramática no considerada previamente.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
19 - 20 de mayo 2025	Identificar el concepto de Ansiedad, Depresión y estrés	Participación de los usuarios (as)	Sesión de carácter psicoeducativo donde se abordará la descripción del concepto de los conceptos señalados, procurando diferenciar de manera clara, en qué situaciones estamos hablando de una u otra manifestación psicoemocional o psicofisiológica. Se genera una introducción respecto de la temática, se expondrán los elementos más diferenciales entre ellas para concluir con que las personas puedan identificar que tipo de afección psicoafectiva está presente en “diferentes situaciones”	Presentación ppt Proyector de video (data)
22 de mayo	Identificar manifestaciones psicofisiológicas respecto de	Participación de los usuarios(as)	Se hará un breve resumen de lo abordado en la sesión anterior a través de un pequeño quiz de preguntas con alternativas.	Presentación ppt (proyector de vídeo, data)

	situaciones vividas históricamente y en la cotidianidad		En dicha sesión se intentará identificar la manifestación psicofisiológica de la depresión, ansiedad y estrés procurando no patologizar manifestaciones o expresiones naturales del cuerpo ante situaciones cotidianas. Taller con una dinámica tipo conversatorio	
26 y 27 de mayo	Incorporar técnicas de relación y respiración	Participación de usuarios (as) aplicación de encuesta de satisfacción	<p>En esta sesión se hará una introducción abordando los elementos centrales y diferenciadores de las afecciones psicoemocionales mencionados en los talleres anteriores, para dar cuenta del dominio de la temática.</p> <p>Se hará una breve introducción respecto de las técnicas de respiración y relajación que se suelen practicar para inducir al cuerpo a un estado de mayor tranquilidad.</p> <p>Se aplicará una primera técnica de respiración diafragmática con música relajante, de modo que dicha actividad pueda replicarse en cualquier instancia.</p>	Proyector de vídeo (data) Parlante (música)
28 y 29 de mayo 2025	Incorporar técnicas de relación y respiración	Participación de usuarios y aplicación de encuesta de satisfacción	<p>Durante este taller se procederá a realizar al menos 2 técnicas de relajación y respiración de modo que dicha actividad pueda incorporarse como parte de los hábitos de los usuarios del centro.</p> <p>En este sentido se comenzará con la técnica de respiración diafragmática, para posteriormente pasar a una técnica de relajación del cuerpo, de</p>	

			<p>contracción y relajación de los músculos del cuerpo.</p> <p>Se anticipará que dicha actividad se hará de manera continua los últimos dos días de la semana, durante el próximo mes.</p>	
--	--	--	--	--

Nombre del Taller	Mindfulness
Profesional a Cargo	Felipe Mendoza
Nº Participantes	10 - 14 usuarios(as) (por dos grupos)
Nº Sesiones	4 sesiones
Lugar	Sallas Taller/Sala Estar
Día(s) de Realización	Lunes, martes, miércoles y jueves
Horarios	10:00 hrs de lunes a miércoles y jueves a las 15:45 hrs

Objetivo General	Aprender Mindfulness y aplicar en la cotidianidad
Objetivo Específicos	Conocer las implicancias de la meditación en el bienestar de las personas mayores
	Incorporar el mindfulness como rutina de las personas mayores
	Aplicar Mindfulness en contextos de situaciones “estresantes”

Observaciones:

El orden y cantidad de taller está sujeto a modificaciones considerando incidencias en la cantidad de usuarios participantes, la dinámica del mismo taller y posibilidad de generar talleres o actividades anexas si alguno de los objetivos del taller no se llevó a cabo de manera satisfactorias con las actividades planteadas. En el caso del taller de Mindfulness la disponibilidad.

Observaciones:

La cantidad de participantes en estos talleres queda sujeta a modificaciones considerando que, si bien se hizo una proyección tentativa de nombres de participantes, esta puede mutar considerando compromisos de los usuarios, situaciones médicas o de enfermedad y/o la necesidad de reestructurar alguna jornada den CDR producto de algún tipo de actividad extraprogramática no considerada previamente.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
2 y 3 de junio 2025	Conocer las implicancias de la meditación en el bienestar de las personas (mayores)	Participación de los usuarios (as)	Sesión de carácter psicoeducativo donde se abordarán los aspectos teóricos del mindfulness, la evidencia científica que da cuenta de las mejores significativas en el malestar psicoafectivo. Se complementará la información con material audiovisual que dé cuenta de dicha práctica de manera transgeneracional y cultural. Se propiciará una instancia final de tipo conversatorio dónde se responderán dudas y consultas.	Presentación ppt Proyector de video (data)
4 y 5 de junio 2025	Aprender Mindfulness y adaptación a diferentes contextos	Participación de los (as) usuarios(as)	Breve introducción que dé cuenta de lo abordado en la sesión anterior. Ejercicio de mindfulness (atención plena) buscando que los usuarios puedan aprender de manera eficiente el ejercicio de la consciencia plena. Hacia el final, referir algunas opiniones cómo percibieron el ejercicio, así como la sensación a nivel psicofisiológico	Computador con música.
9 y 10 de junio 2025	Identificar tipos de ejercicios de relajación y	Participación de usuarios	Considerando que en sesiones anteriores se abordó la temática de ejercicios de relajación, se hará un paralelo entre estos ejercicios y el	Presentación en PPT (data)

	bienestar para su realización		mindfulness para identificar su aplicación en diferentes contextos Hacia el final de la sesión se harán, ejercicios de ambas índoles.	Música.
11 y 12 de junio 2025	Aplicar ejercicios de respiración y mindfulness al contexto de taller	Participación de usuarios / aplicación de encuesta de satisfacción	Se hará una breve conclusión respecto de los temas abordados respecto de las estrategias o herramientas de relajación en salud mental Se solicitará que al menos 2 usuarios(as) puedan hacer una meditación guiada para todo el grupo, así como guiar en ejercicios de respiración. Finalmente, la idea es que los usuarios puedan valorar a través de la encuesta de satisfacción si la incorporación de ejercicios de este tipo es propositiva para su salud mental y la aplicación en el día a día.	Presentación en PPT (data) Música.

Nombre del Taller	Reminiscencia
Profesional a Cargo	Felipe Mendoza
Nº Participantes	10 - 14 usuarios(as) (por dos grupos)
Nº Sesiones	4 sesiones
Lugar	Sallas Taller/Sala Estar
Día(s) de Realización	Lunes, martes, miércoles y jueves
Horarios	10:00 hrs de lunes a miércoles y jueves a las 15:45 hrs

Objetivo General	Estimulación cognitiva (memoria episódica, semántica y explícita)
Objetivo Específicos	Conocer los tipos de memoria y su función
	Comprender la importancia de los factores de riesgo asociados a la vida diaria y su implicancia en el deterioro cognitivo (memoria)
	Incorporar estrategias de estimulación cognitiva (funciones ejecutivas y memoria)

Observaciones:

El orden y cantidad de taller está sujeto a modificaciones considerando incidencias en la cantidad de usuarios participantes, la dinámica del mismo taller y posibilidad de generar talleres o actividades anexas si alguno de los objetivos del taller no se llevó a cabo de manera satisfactorias con las actividades planteadas. En el caso del taller de Mindfulness la disponibilidad

Observaciones:

La cantidad de participantes en estos talleres queda sujeta a modificaciones considerando que, si bien se hizo una proyección tentativa de nombres de participantes, esta puede mutar considerando compromisos de los usuarios, situaciones médicas o de enfermedad y/o la necesidad de reestructurar alguna jornada den CDR producto de algún tipo de actividad extraprogramática no considerada previamente.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
16 y 17 de junio 2025	Conocer los tipos de memoria y sus implicancias en la cotidianidad	Participación de los usuarios (as)	Sesión de carácter psicoeducativo donde se abordarán los aspectos teóricos de la memoria, entendiendo con esto su funcionamiento y cómo es su utilización en el día a día. Hacia el final de la sesión se hará una ronda de preguntas, de tipo Quiz con alternativas, para	Presentación ppt Proyector de video (data)

			dar cuenta si fue comprendida la información compartida.	
18 y 19 de junio 2025	Reconocer factores de riesgo asociados al deterioro cognitivo (memoria)	Participación de los (as) usuarios(as)	<p>En primera instancia se hará una reseña respecto de la temática abordada en la sesión anterior, posterior a eso, se generará un conversatorio “libre” en el cuál se le expondrán ciertas situaciones y los usuarios(as) tendrán que reconocer a qué tipo de memoria está en uso para dicha “situación”.</p> <p>Posterior a esto, se expondrán brevemente los factores de riesgo que propician el deterioro cognitivo (dominio memoria), incluyendo a aquellos psicoafectivos, conductuales (hábitos) y factores biológicos catalizadores de deterioro.</p> <p>Hacia el final se abordará su eventual abordaje, acciones preventivas y su implicancia en diferentes contextos.</p>	Computador con música.
23 y 24 de junio 2025	Incorporar estrategias de estimulación cognitiva (funciones)	Participación de usuarios	Inicialmente se hará un abordaje a modo de resumen de lo abordado en la sesión anterior, considerando los tipos de memoria y factores de riesgo	Presentación en PPT (data)

	ejecutivas – memoria		<p>El taller continuará con una actividad dinámica que implicará el reconocimiento de personajes históricos, eventos históricos y el reconocimiento de lugares/objetos que guardan relación con el conocimiento y cultura general.</p> <p>Se entregarán estrategias para mantener o mejorar rendimiento cognitivo aplicables a la vida diaria y contexto de las personas mayores.</p>	
25 y 26 de junio 2025	Incorporar estrategias de estimulación cognitiva (funciones ejecutivas – memoria	Participación de usuarios / aplicación de encuesta de satisfacción	<p>Se hará un abordaje integral de carácter educativos de aquellas estrategias que se pueden utilizar para ralentizar el deterioro cognitivo, poniendo su valor a través de la presentación de la evidencia científica</p> <p>Se dividirá el grupo en 3. Y se hará un “bachillerato interactivo” procurando que tanto colectiva como individualmente puedan estimular su memoria, así como las diferentes dimensiones sensitivas de esta “audición, visual y tacto)</p>	<p>Presentación en PPT (data) Música.</p>

TERAPIA OCUPACIONAL

Nombre del Taller	Talleres de Estimulación Cognitiva. Meses Marzo - Abril
Profesional a Cargo	Terapeuta Ocupacional Rosario Villagrán
Nº Participantes	13
Nº Sesiones	8
Lugar	Sala de Taller
Día(s) de Realización	Martes y Jueves
Horarios	15.00 a 16.00

Objetivo General	Incrementar autonomía e independencia a través de talleres de estimulación cognitiva.
Objetivo Especificos	Potenciar la resolución de problemas mediante el trabajo en equipo.
	Aumentar la atención sostenida en tareas específicas.
	Estimular la percepción visoespacial en diversas actividades.
	Fortalecer la flexibilidad cognitiva permitiendo la adaptación a nuevas o cambios en actividades.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
11-13 de marzo	Estimula la atención sostenida durante el taller.	la Identificar el refrán por completo a través del trabajo en equipo. Reconocer al menos 5 preguntas del quiz.	<p>NOMBRE TALLER: “Desafío Cultural”.</p> <p><u>Inicio:</u> Se da inicio al taller con el saludo correspondiente, además, de la presentación de las estudiantes. Con el fin de activar a los usuarios, se entrega aleatoriamente a cada usuario una parte de un refrán, los cuales deberán buscar entre sus compañeros a quien tenga la mitad faltante.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Para continuar, se les explica que la actividad corresponde a un quiz el cual se proyectará, cada usuario tendrá 4 carteles con con las alternativas (A, B, C y D), para iniciar se proyectará una serie de preguntas con 4 alternativas siendo solo 1 la correcta, estas tienen temática cultural histórica y actuales de Chile. Se irá contabilizando en la pizarra las respuestas correctas por cada usuario, y tendrán alrededor de 15 segundos para levantar su cartel.</p> <p><u>Cierre:</u> Para finalizar, se agradecerá la participación de los usuarios, comentar acerca de qué les pareció o lo desafiante que fue para cada uno, mencionar que la rotativa dura 2 meses y que realizaremos talleres en ese periodo de tiempo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Papel ● Proyector ● Palos de helado ● Cartulina ● Letras
18-20 de marzo	Estimula la memoria de trabajo durante el taller.	la Planifican colaborativamente la actuación en el tiempo establecido.	<p>NOMBRE TALLER: “Gestos en acción: Desafío de mímica”.</p> <p>Inicio: Se dividirán los usuarios en grupos mediante un sistema de colores al azar. Cada usuario sacará un papel de una bolsa con un color determinado y se reunirá con quienes tengan el mismo color, organizándose en un círculo de sillas. Antes de</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Cartulina ● Silla

		Adivinan al menos una actuación de otro grupo.	<p>comenzar la actividad, se realizará una breve reflexión sobre la importancia del respeto y la sana convivencia, enfatizando que no se permitirán burlas ni mofas hacia los demás grupos durante el desarrollo del taller.</p> <p><u>Desarrollo:</u> se explicará la dinámica del juego. Cada grupo tendrá 10 minutos para organizar una pequeña actuación de mímica basada en una acción específica que se les asignará. Para asegurar una correcta comprensión, se mostrarán ejemplos que ayuden a guiar la actividad. Una vez concluido el tiempo de preparación, cada grupo dispondrá de 2 minutos para presentar su actuación, mientras los demás intentan adivinar la acción representada. Si no logran identificarla, tendrán la opción de solicitar hasta tres pistas al equipo que está presentando.</p> <p>Cierre: Se agradecerá la participación de todos los asistentes y se invitará a los participantes a compartir qué les pareció la actividad, si encontraron algún desafío en la comunicación no verbal y cómo se sintieron trabajando en equipo. Finalmente, se reforzará la importancia de la colaboración grupal a través del trabajo en equipo, con un énfasis en el respeto y la buena convivencia.</p>	
25-26 de marzo	Fomentar el trabajo en equipo entre las personas mayores.	<p>Sigue los pasos del tutorial para armar la catapulta.</p> <p>Coopera con su compañero la</p>	<p><i>NOMBRE TALLER: "Diversión y Creatividad".</i></p> <p><u>Inicio:</u> El taller comienza con una breve explicación sobre los beneficios del goce y disfrute en la población de personas mayores, destacando su impacto positivo en el bienestar y la calidad de vida.</p> <p><u>Desarrollo:</u> A continuación, se explica la dinámica principal de la sesión. Los usuarios observarán un tutorial proyectado en la</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Palos de helado ● Elásticos ● Algodón ● Mesa ● Silla

		creación de la catapulta.	<p>pizarra de cómo crear una catapulta con palitos de helado, en el cual se detallarán los pasos a seguir. Luego, se formarán en duplas de trabajo y, con los materiales disponibles, comenzarán a realizar la actividad de manera guiada, siguiendo cada paso en conjunto. Con el fin de realizar una pequeña competencia, las estudiantes marcarán con cinta los puntos de inicio y las distancias más alejadas en las que llegue la bolita de algodón lanzada por la catapulta de las duplas de trabajo.</p> <p><u>Cierre:</u> Para cerrar, se espera que cada usuario tenga la oportunidad de lanzar al menos una vez una bolita de algodón, fomentando la participación de todos. Finalmente, se agradecerá la presencia y el entusiasmo de los asistentes, invitándolos a compartir sus impresiones sobre la actividad.</p>	
--	--	---------------------------	---	--

1-3 de abril	Estimular la memoria inmediata.	la	Dispone al menos 2 de las 5 pelotas en el orden correcto.	<p><i>NOMBRE TALLER: "Memoria y Colores en acción".</i></p> <p><u>Inicio:</u> El taller comienza con una breve explicación sobre la actividad del día, destacando la importancia de la concentración y la memoria para completarla con éxito. Se informa a los participantes que serán divididos en dos equipos y que cada equipo contará con su propia estación de trabajo. En cada estación habrá cinco vasos con pelotas de distintos colores organizadas aleatoriamente, y en frente de ellos se ubicarán cinco vasos vacíos separados por un cartón.</p> <p><u>Desarrollo:</u> A continuación, se detalla la dinámica de la actividad. Se dispondrán cinco pelotas de distintos colores sobre la mesa y los participantes tendrán un tiempo determinado para observarlas y memorizar su orden. Luego, estas serán tapadas, y el objetivo será que cada usuario replique el orden de los colores usando sus propias pelotas. Para aumentar la interacción, los participantes se dividirán en grupos y, posteriormente, pasarán de a dos, uno de cada equipo, para competir y demostrar su capacidad de recordar la secuencia correctamente.</p> <p><u>Cierre:</u> Para finalizar, se agradecerá la participación de los asistentes y se abrirá un espacio para compartir experiencias sobre las dificultades al realizar el ejercicio. Se reforzará la importancia de los ejercicios de memoria y concentración para la estimulación cognitiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Pelotas ● Vasos
7-9 de abril	Estimular la atención sostenida.	la	Señala al menos 5 ruidos ambientales.	<p><i>NOMBRE TALLER: "Escuchando y recordando".</i></p> <p><u>Inicio:</u> Para iniciar y asegurar la participación de todos, se ubicará un parlante cerca de las personas con hipoacusia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Hoja ● Proyector ● Parlante

		Logra completar ½ bingo con ruidos de animales.	<p>Luego, se pedirá a los asistentes que cierren los ojos y se concentren en una serie de sonidos que se reproducirán. Tras cada sonido, los participantes deberán identificarlo y mencionarlo en voz alta.</p> <p><u>Desarrollo:</u> A continuación, se llevará a cabo un mini bingo con ruidos de animales, donde los participantes deberán relacionar los sonidos escuchados con las imágenes correspondientes en su cartón de bingo.</p> <p><u>Cierre:</u> Para finalizar, se abrirá un breve espacio de conversación donde los participantes podrán compartir sus experiencias sobre la actividad, comentando qué sonidos les resultaron más fáciles o difíciles de reconocer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Hoja ● lápiz
14-16 de abril	Estimular coordinación bilateral.	<p>Realiza la replicación de patrón con ambas manos.</p> <p>Identifica y tacha correctamente al menos 4/10 operaciones matemáticas.</p>	<p><i>NOMBRE TALLER: “Patrones y Números”.</i></p> <p><u>Inicio:</u> El taller comienza con una breve explicación sobre la dinámica de las actividades del día. Se informa a los participantes que el taller se dividirá en dos partes. En la primera actividad, los usuarios deberán replicar un patrón que será mostrado por las estudiantes de Terapia Ocupacional, utilizando únicamente sus manos.</p> <p><u>Desarrollo:</u> La segunda parte del taller consistirá en un “bingo matemático”. Las operaciones matemáticas serán proyectadas en una pantalla, y los usuarios deberán resolverlas rápidamente y marcar el número correspondiente en su hoja de bingo.</p> <p><u>Cierre:</u> Al finalizar el taller, se agradece la participación de los usuarios, destacando la importancia de mantener la mente activa a través de ejercicios que fomenten tanto las habilidades cognitivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Hoja ● Plumón o destacador ● Mesa ● Silla

21-23 de abril	Estimular percepción y coordinación bilateral.	<p>Manipula y llena correctamente los vasos.</p> <p>Colaboran con su equipo a través de la organización y comunicación.</p>	<p><i>NOMBRE TALLER: “Competencia de medidas y precisión”.</i></p> <p>Inicio: El taller comienza con una breve explicación de la actividad, en la cual se destacará la dinámica divertida y competitiva. Para iniciar, se dividirá al grupo en dos equipos, asignando un número a cada usuario, los participantes que tengan el mismo número formarán equipo. A continuación, se explicará que los usuarios pasarán de a dos para enfrentarse entre sí en una serie de rondas.</p> <p><u>Desarrollo:</u> La actividad consiste en una competencia de precisión, donde se dispondrán 6 vasos de medidas distintas sobre una mesa. Los vasos en los extremos tendrán legumbres dentro, mientras que los demás estarán vacíos. El reto será que los participantes deben rellenar los vasos vacíos con las legumbres, utilizando ambas manos, y ajustándose a las medidas indicadas en cada vaso. El equipo que complete la tarea con mayor precisión y en menos tiempo será el ganador.</p> <p><u>Cierre:</u> Al finalizar, se agradecerá la participación y se invitará a los usuarios a compartir sus impresiones sobre la actividad, destacando la importancia de las habilidades cognitivas y motoras en las actividades de la vida diaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Vasos ● Lentejas ● Mesa
28- 29 abril	Incrementar memoria de trabajo.	<p>Replica al menos 3 secuencias iniciales.</p> <p>Recuerda y ejecuta al menos 1 de las</p>	<p><i>NOMBRE TALLER: “Desafío de coordinación y movimiento”.</i></p> <p><u>Inicio:</u> El taller comienza con una breve explicación sobre la importancia de la coordinación y su vínculo con la estimulación cognitiva. Para iniciar, se realizará una breve actividad de calentamiento, que consistirá en movimientos articulares.</p> <p><u>Desarrollo:</u> La actividad principal consistirá en una serie de retos que combinarán movimientos corporales. Los usuarios</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Sillas.

		secuencias complejas.	<p>deberán seguir una secuencia de movimientos que serán presentados por las estudiantes, y luego replicarlos de manera precisa. A medida que avancen las rondas, las secuencias se volverán más complejas.</p> <p>*Ejemplo: "Levanta la mano derecha, da un paso adelante y toca la rodilla izquierda".</p> <p><u>Cierre:</u> Al final de la actividad, se realizarán algunos movimientos de relajación. Se concluirá con una breve reflexión sobre cómo las actividades físicas pueden mejorar la función cognitiva, agradeciendo a los participantes por participación.</p>	
--	--	-----------------------	--	--

Nombre del Taller	Taller Arteterapia Meses Marzo - Abril
Profesional a Cargo	Terapeuta Ocupacional: Rosario Villagrán
Nº Participantes	15
Nº Sesiones	10
Lugar	Sala de TO
Día(s) de Realización	Lunes y miércoles
Horarios	15,45 y 14.30

Objetivo General	Incrementar autonomía e independencia a través de talleres de arteterapia
Objetivo Específicos	Reforzar motricidad gruesa para óptimo desempeño en actividades de ocio y tiempo libre
	Fomentar participación social

	Mejorar salud emocional
	Mejorar funciones cognitivas

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
10-12 de Marzo	Estimular memoria remota a través del arte	5 personas reconocen etapas significativas de la vida	<p><i>NOMBRE TALLER: "Dibujando nos conocemos"</i></p> <p><u>Inicio:</u> Se inicia la sesión recibiendo a cada uno de los usuarios y con el saludo correspondiente. Se les entrega una breve explicación sobre actividades, haciendo mención a la importancia de utilizar la memoria en actividades de estimulación cognitiva y la importancia y beneficios de arteterapia.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Se le otorgará a cada usuario una hoja, lápices y pinturas. La actividad consiste en determinar 5 o más etapas significativas de la vida en forma cronológica, luego a esto deberá plasmarla en un camino. Posteriormente se les pedirá a quienes quieran que nos cuenten lo que dibujaron y escribieron con el fin de conocer de su vida. <u>Cierre:</u> Se les agradece su participación en la actividad y se les pregunta que les pareció y como se sintieron desarrollando esta.</p>	Papel Lápices Tempera Pincel

17-19 de Marzo	Estimular la creatividad y expresión con la creación de un espacio personal.	El 80% logra crear su espacio de trabajo con su nombre.	<p><i>NOMBRE TALLER: “ Crear pintando”</i></p> <p><u>Inicio:</u> Se les dará la bienvenida a los usuarios y se iniciará mencionando la importancia de tener y mantener un espacio limpio de trabajo para futuras actividades. <u>Desarrollo:</u> A cada usuario se le entregará un trozo de cartón reciclado, cartulina, goma eva, stickers con el fin de que puedan personalizar su espacio. Se les indicará que deben escribir su nombre en el cartón para identificarlo de cada usuario.</p> <p><u>Cierre:</u> Cada usuario deberá pasar adelante para mostrar lo que hizo con su espacio de trabajo. Se finalizará dando las gracias a cada uno por participar de las actividades y se les dará la despedida.</p>	Cartón Cartulina Pegamento Goma eva Mesa Silla
24-26 de Marzo	Estimular habilidades visuconstructivas y atención sostenida por medio del seguimiento de patrones.	<p>Completa el recorte de los cuadrados según los colores del patrón.</p> <p>Completa el patrón elegido.</p>	<p><i>NOMBRE DEL TALLER: “Patrones de colores”</i></p> <p><u>Inicio:</u> Se da inicio a la sesión recibiendo a los usuarios para posteriormente comenzar con la explicación de la actividad a realizar en el taller.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Para esta actividad habrá diversos patrones para que cada usuario pueda elegir el que más le llama la atención. En el lugar de trabajo habrán cuadrados de cartulina según los colores que podrían necesitar, con ayuda de una tijera, deberán recortar pequeños cuadrados e iniciar el seguimiento del patrón. De terminar antes de los</p>	Mesa Silla Tijeras Cartulinas Pegamento Hojas

			<p>20 minutos, cada usuario tendrá la posibilidad de elegir otro patrón si así lo desea.</p> <p><u>Cierre:</u> Se le agradece a cada usuario su participación, se le preguntará que le pareció y si gusta pueden mostrar lo que crearon a los demás compañeros.</p>	
31 de Marzo - 2 de abril	Mejorar espacios de ocio y tiempo libre	Indica al menos 3 canciones de interés	<p><i>NOMBRE DEL TALLER: Expresión corporal</i></p> <p><u>Inicio:</u> Se inicia la sesión recibiendo a los usuarios para posteriormente comenzar con la explicación de la actividad a realizar en el taller.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Para esta actividad se llevarán propuestas de bailes nacionales e internacionales de elección, para ello, se priorizarán según intereses. Se prepara el espacio, y se realiza una pequeña muestra de vals, se expone y se muestran pasos a seguir, se invita a la totalidad de usuarios a participar.</p> <p><u>Cierre:</u> Se le agradece a cada usuario su participación, se le preguntará que le pareció.</p>	
7 y 9 de Abril	Mejorar espacios de ocio y tiempo libre	Indica al menos 3 canciones de interés	<p><i>NOMBRE DEL TALLER: Expresión corporal</i></p> <p><u>Inicio:</u> Se inicia la sesión recibiendo a los usuarios para posteriormente comenzar con la explicación de la actividad a realizar en el taller.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Para esta actividad se llevarán propuestas de bailes nacionales e internacionales de elección, para ello, se priorizarán según intereses. Se prepara el espacio, y se realiza una</p>	

			<p>pequeña muestra de vals, se expone y se muestran pasos a seguir, se invita a la totalidad de usuarios a participar.</p> <p><u>Cierre:</u> Se le agradece a cada usuario su participación, se le preguntará que le pareció.</p>	
14-16 de Abril	Mejorar espacios de ocio y tiempo libre	El 50 % indica al menos 3 canciones de interés	<p><i>NOMBRE DEL TALLER: Expresión corporal</i></p> <p><u>Inicio:</u> Se inicia la sesión recibiendo a los usuarios para posteriormente comenzar con la explicación de la actividad a realizar en el taller.</p> <p><u>Desarrollo:</u> Para esta actividad se llevarán propuestas de bailes nacionales e internacionales de elección, para ello, se priorizarán según intereses. Se prepara el espacio, y se realiza una pequeña muestra de vals, se expone y se muestran pasos a seguir, se invita a la totalidad de usuarios a participar.</p> <p><u>Cierre:</u> Se le agradece a cada usuario su participación, se le preguntará que le pareció.</p>	
21-23 de Abril	Estimular las habilidades visoespaciales a través del trabajo en equipo e individual.	El 70% de las personas replica la pieza del rompecabeza correctamente	<p><i>NOMBRE DEL TALLER: "Rompecabezas grupal"</i></p> <p><u>Inicio:</u> Se dará inicio al taller disponiendo de sus espacios de trabajo para luego explicar la actividad a desarrollar. Se les indica que el trabajo corresponde a uno individual, pero que al terminar deben trabajar en equipo. <u>Desarrollo:</u> Cada usuario tendrá una pieza del rompecabezas que deberá replicar en un tamaño más grande, la pieza será entregada por las estudiantes al</p>	Rompecabezas

		Colabora con el grupo para armar el rompecabezas.	igual que el cartón en la misma forma, luego deberán replicar con témpera y pincel. Al concluir todos su réplica, deberán trabajar en equipo para formar el rompecabezas. <u>Cierre:</u> Se les agradece su participación en la actividad y se les invita a compartir cómo se sintieron con la actividad.	
29 abril 1 mayo (festiva segunda fecha)	Mejorar desempeño en actividades de ocio y tiempo libre	El 100% responde a evaluación de satisfacción.	<i>NOMBRE DEL TALLER: Finalización del proceso</i> <u>Inicio:</u> Se inicia la sesión recibiendo a los usuarios para posteriormente comenzar con la explicación de la actividad a realizar en el taller. <u>Desarrollo:</u> Se destina el último taller a la evaluación y retroalimentación del mismo. Además, usuarios solicitan espacio para desarrollar un cierre, organizándose de forma voluntaria. <u>Cierre:</u> Se le agradece a cada usuario su participación, se le preguntará que le pareció.	

<i>Nombre del Taller</i>	Programa Vivifrail Mayo – Junio
<i>Profesional a Cargo</i>	Terapeuta Ocupacional: Rosario Villagrán
<i>Nº Participantes</i>	10 Personas Mayores.
<i>Nº Sesiones</i>	10 sesiones.
<i>Lugar</i>	Sala de Intervención de Terapia Ocupacional.
<i>Día(s) de Realización</i>	G1: Lunes y G2: Martes.

Horarios	G1: Lunes de 15:30 – 16:15 y G2: Martes de 14:00 – 15:15
-----------------	--

Objetivo General	Reducir la fragilidad y riesgo de caídas en Personas Mayores mediante la implementación del programa “ViviFrail”.
Objetivo Específicos	Mantener y mejorar la fuerza muscular en las Personas Mayores, promoviendo la independencia funcional y la calidad de vida.
	Mejorar la resistencia cardiovascular en Personas Mayores, aumentando su capacidad para realizar actividades físicas prolongadas.
	Mejorar el equilibrio de las Personas Mayores para así reducir el riesgo de caídas frecuentes en esta población.
	Aumentar la flexibilidad y Rango de Movimiento (ROM) en Personas Mayores y así mejorar su capacidad para realizar Actividades de la Vida Diarias.
	Mejorar las habilidades cognitivas de las Personas Mayores a través de actividades de estimulación, con el fin de optimizar la calidad de vida y el rendimiento en Actividades de la Vida Diarias.
	Educar a las Personas Mayores sobre la importancia de la implementación del programa ViviFrail en el hogar.

Fecha de Sesión	Objetivo de la sesión	Indicador de logro	Descripción de Actividades	Materiales
Grupo 1: 12 / 05 / 25	Mantener y mejorar la fuerza muscular en las Personas Mayores,	- Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha,	<p align="center">“Preguntados”</p> Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial	- Sillas. - Mancuernas. - Banda elástica.

<p>Grupo 2: 13 / 05 / 25</p>	<p>promoviendo la independencia funcional y la calidad de vida.</p>	<p>año y lugar de la sesión. - Que mínimo 5 participantes logren levantar 10 veces las mancuernas. - Que los usuarios logren responder mínimo 1 respuesta correcta cada uno. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión.</p>	<p>(Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Se dará una breve introducción de que es el Vivifrael, su objetivo, los programas que se encuentran (A, B, C1, C2 y D) y cuáles son los que se eligieron que son atingentes para los usuarios. Para comenzar, los usuarios se ubicarán en sillas formando dos columnas. La actividad se desarrollará por parejas. Cada pareja deberá responder una pregunta que será determinada por el lanzamiento de un dado que arrojará la categoría (Deporte, entretenimiento, geografía, entre otros). Antes de responder, cada equipo deberá realizar diez repeticiones de levantamiento de mancuernas en su silla o estiramiento con banda elástica según corresponda. Una vez completado este ejercicio, los primeros participantes se dirigirán a un botón que deberán presionar lo más rápido posible para determinar quién responde. Al responder correctamente volverán a su posición y seguirán el resto de los participantes. Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad?, ¿Qué categoría, estaba más difícil? y ¿Cómo se sintieron en la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	<p>- Dado. - Botón - Tarjetas de preguntas.</p>
---	---	---	---	---

<p>Grupo 1: 19 / 05 / 25</p> <p>Grupo 2: 20 / 05 / 25</p>	<p>Mantener y mejorar la fuerza muscular en las Personas Mayores, promoviendo la independencia funcional y la calidad de vida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los tres equipos recolecten mínimo 5 vasos de su respectivo color. - Que mínimo 1 equipo logre formar la oración correctamente. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">“¡A recolectar!”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p style="text-align: center;">VERDADERO Y FALSO</p> <p>Para comenzar, se dividirá al grupo en tres equipos (Rojo – Amarillo – Azul). La actividad consistirá en que cada equipo deberá recolectar los vasos de su respectivo color que se encontrarán distribuidos por toda la sala y deberán llevarlos a la mesa ya que dentro de cada vaso se encontrarán palabras que formarán oraciones. Para recolectar cada vaso se deberá trabajar en equipo ya que para movilizarlos se utilizará un elástico con lana que necesita de fuerza y resistencia para lograr abrir el elástico y atrapar el vaso.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Qué se le dificultó trabajar? y ¿Cómo se sintieron trabajando en grupo? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vasos plásticos. - Lana. - Elásticos. - Pictogramas que forman oraciones.
<p>Grupo 1: 26 / 05 / 25</p>	<p>Mejorar la resistencia cardiovascular en Personas Mayores,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, 	<p style="text-align: center;">“Juego de inversión”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aros. - Conos.

<p>Grupo 2: 27 / 05 / 25</p>	<p>aumentando su capacidad para realizar actividades físicas prolongadas.</p>	<p>año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren realizar correctamente las instrucciones de las internas mínimo el 50% de la sesión. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión.</p>	<p>(Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitara que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria. La actividad consistirá en que las Personas Mayores se encontrarán de pie ubicadas dentro de aros. Deberán seguir las instrucciones de las internas, pero deberán realizar la acción contraria a lo solicitado. Por ejemplo, si se indica 'un paso adelante', deberán dar un paso atrás o si se les solicita cambiarse de posición hacia la derecha, deberán dirigirse a la izquierda y así con todas las instrucciones. Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Qué indicación se dificultó realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	<p>- Balones de colores.</p>
<p>Grupo 1: 02 / 06 / 25 Grupo 2: 03 / 06 / 25</p>	<p>Mejorar la resistencia cardiovascular en Personas Mayores, aumentando su capacidad para realizar actividades físicas prolongadas.</p>	<p>- Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren introducir</p>	<p>“¡A trasladar!” Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitara que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p>	<p>- Bandeja Plumavit. - Lana. - Pelotas. - Canasta. - Puzzle “Gulamtun”.</p>

		<p>mínimo 15 pelotas en total.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que los usuarios logren armar el puzzle en su totalidad. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">ROSCO</p> <p>La actividad se desarrollará en parejas, donde las Personas Mayores deberán trasladar de un extremo a otro de la sala pelotas de colores con la ayuda de una bandeja plástica que tendrá en sus cuatro extremos lana y evitar que la pelota caiga al suelo. Al llegar al otro extremo deberán introducir la pelota en una canasta y se les entregara una pieza de un puzzle, al recolectar todas las piezas deberán formar en grupo el puzzle del logo de Gulamtun. Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Se le dificulto realizar el puzzle? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	
<p>Grupo 1: 09 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 10 / 06 / 25</p>	<p>Mejorar el equilibrio de las Personas Mayores para así reducir el riesgo de caídas frecuentes en esta población.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que mínimo 5 participantes logren completar el circuito en su totalidad. 	<p style="text-align: center;">“Circuito Motor”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitara que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>La actividad se realizará en parejas, donde un participante se deberá situar al final del circuito con una caja de colores. Mientras el otro participante</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cinta de papel. - Conos. - Aros. - Pelotas de colores. - Caja con colores.

		<p>- Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión.</p>	<p>completa un circuito motor que consta de tres partes: Primero caminar en zigzag mientras traslada una pelota, Luego pasar entre conos, levantando los pies y para finalizar deberán lanzar la pelota a su compañero.</p> <p>Como cierre de sesión, se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	
<p>Grupo 1: 16 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 17 / 06 / 25</p>	<p>Mejorar el equilibrio de las Personas Mayores para así reducir el riesgo de caídas frecuentes en esta población.</p>	<p>- Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión.</p> <p>- Que los usuarios logren retirar mínimo 2 discos cada uno.</p> <p>- Que todos los usuarios logren lanzar dentro del aro mínimo 2 pelotas.</p> <p>- Que mínimo 3 participantes</p>	<p>"Sacando discos"</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitara que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>Las Personas Mayores deberán trabajar en pareja y ubicarse uno frente al otro, con conos y discos delante. Los participantes deberán turnarse para retirar cada uno de los discos con la ayuda de un pie, levantando la pierna para trabaja el equilibrio dinámico.</p> <p>Luego de sacar todos los discos, se colocarán aros en el suelo formando un recorrido. Cada participante deberá desplazarse pasando por dentro</p>	<p>- Conos.</p> <p>- Discos.</p> <p>- Aros.</p> <p>- Pelotas.</p>

		logren mencionar como se sintieron durante la sesión.	de los aros, coordinando sus pasos y manteniendo el equilibrio. Al llegar al final del trayecto, tomarán una pelota y deberán lanzarla dentro de un aro que se encontrará colgado en el techo. Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificultó más realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.	
<p>Grupo 1: 23 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 24 / 06 / 25</p>	Aumentar la flexibilidad y Rango de Movimiento (ROM) en Personas Mayores y así mejorar su capacidad para realizar actividades de la vida diarias.	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren introducir el globo en la canasta mínimo 2 veces. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">“Pasando los globos”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria. Para continuar se dividirá al grupo formando dos columnas, donde se ubicarán a las Personas Mayores uno detrás de otro, donde cada participante estará sentado. El primer integrante de cada fila tomará un globo y deberá pasarlo hacia el compañero que se encuentra detrás. El globo continuaría de esta forma hasta llegar al último de la fila y deberán dejarla en un canasto en el menor tiempo posible.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sillas. - Globos.

			<p>Luego se realizará una actividad en parejas, donde las Personas Mayores se ubicarán sentados uno frente al otro y deberán pasarse un globo entre ellos según las indicaciones de las internas, estirando los brazos hacia adelante, separando el tronco del respaldo de la silla.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificultó más realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	
<p>Grupo 1: 30 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 01 / 07 / 25</p>	<p>Aumentar la flexibilidad y Rango de Movimiento (ROM) en Personas Mayores y así mejorar su capacidad para realizar actividades de la vida diarias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren realizar correctamente el movimiento por la cinta de papel en mínimo 3 ocasiones. - Que mínimo 5 Personas Mayores logren llevar el vaso 	<p style="text-align: center;">“Recorrido con las manos”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>Para comenzar se ubicarán a las Personas Mayores frente a las paredes de la sala, donde habrá a la altura de los hombros dos líneas en diagonal marcadas con cinta de papel, una a cada lado. Cada participante tendrá un disco de diferente color en cada una de sus manos. Las internas indicarán en voz alta uno de los colores, y los participantes</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cinta de papel. - Discos.

		<p>hacia ellos sin derramar agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p>deberán tomar el cono correspondiente y realizar el recorrido de la línea.</p> <p>Para la siguiente actividad los usuarios se ubicarán en sillas y se extenderá bajo sus pies una fila de diario que en su extremo tendrá un vaso con agua, los usuarios deberán atraer el vaso hacia ellos arrastrando el diario hacia atrás con la ayuda de sus pies y así trabajar la movilidad y coordinación del tren inferior.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificultó más realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar.</p>	
<p>Grupo 1: 07 / 07 / 25</p> <p>Grupo 2: 08 / 07 / 25</p>	<p>Mejorar las habilidades cognitivas de las Personas Mayores a través de actividades de estimulación, con el fin de optimizar la calidad de vida y el rendimiento en Actividades de la Vida Diarias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que todos los usuarios logren recolectar mínimo una pelota en cada partida. - Que cada equipo logre adivinar 	<p>“Velocidad”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>Se trabajará en parejas y se ubicarán sentadas frente a frente con una mesa en el medio. A cada costado de la mesa habrá pelotas plásticas adheridas con cinta y en medio se ubicará un teléfono que indicará con una flecha direcciones alternantes (izquierda y derecha). Según la dirección</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cinta adhesiva. - Pelotas de colores. - Fichas de objetos.

		<p>mínimo dos objetos.</p> <p>- Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión.</p>	<p>que señale, a modo de competencia, los participantes deberán tomar rápidamente la pelota del lado correspondiente.</p> <p>Luego de la actividad, se dividirá el grupo en dos equipos (Equipo A y equipo B). Se le mostrara un objeto al equipo A y sus integrantes deberán mencionar las características como forma, color, entre otros, pero sin mencionarlo directamente. El equipo B deberá adivinar el objeto y luego se intercambian los roles para que ambos equipos participen activamente.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificulto más realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que será la última sesión del taller “Vivifrail”.</p>	
<p>Grupo 1: 14 / 07 / 25</p> <p>Grupo 2: 15 / 07 / 25</p>	<p>Educar a las Personas Mayores sobre la importancia de la implementación del programa ViviFrail en el hogar.</p>	<p>- Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión.</p> <p>- Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron a lo largo de las sesiones.</p>	<p>“Charla Vivifrail”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitara que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>Se ubicarán a las Personas Mayores en un semi círculo para comenzar con la charla mientras se realiza una convivencia. La charla consistirá en como implementar el programa “Vivifrail” en el hogar,</p>	<p>- Sillas y mesas.</p> <p>- Presentación.</p> <p>- Horario “Vivifrail”.</p> <p>- Hojas con actividades.</p>

			<p>además, se le entregará un horario plastificado con las actividades que debe realizar día a día acompañado de demostración física de los ejercicios.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Tienen alguna pregunta sobre las actividades del programa? y ¿Cómo se sintieron a lo largo de todas las sesiones? Luego se les agradecerá la participación y compromiso durante todas las sesiones.</p>	
--	--	--	--	--

Nombre del Taller	Programa Vivifrail Mayo – Junio
Profesional a Cargo	Terapeuta Ocupacional: Rosario Villagrán
Nº Participantes	10 Personas Mayores.
Nº Sesiones	10 sesiones.
Lugar	Sala de Intervención de Terapia Ocupacional.
Día(s) de Realización	G1: Lunes y G2: Martes.
Horarios	G1: Lunes de 15:30 – 16:15 y G2: Martes de 14:00 – 15:15

Objetivo General	Reducir la fragilidad y riesgo de caídas en Personas Mayores mediante la implementación del programa “ViviFrail”.
Objetivo Específicos	Mantener y mejorar la fuerza muscular en las Personas Mayores, promoviendo la independencia funcional y la calidad de vida.
	Mejorar la resistencia cardiovascular en Personas Mayores, aumentando su capacidad para realizar actividades físicas prolongadas.

	Mejorar el equilibrio de las Personas Mayores para así reducir el riesgo de caídas frecuentes en esta población.
	Aumentar la flexibilidad y Rango de Movimiento (ROM) en Personas Mayores y así mejorar su capacidad para realizar Actividades de la Vida Diarias.
	Mejorar las habilidades cognitivas de las Personas Mayores a través de actividades de estimulación, con el fin de optimizar la calidad de vida y el rendimiento en Actividades de la Vida Diarias.
	Educar a las Personas Mayores sobre la importancia de la implementación del programa ViviFrail en el hogar.

<i>Fecha de Sesión</i>	<i>Objetivo de la sesión</i>	<i>Indicador de logro</i>	<i>Descripción de Actividades</i>	<i>Materiales</i>
Grupo 1: 12 / 05 / 25 Grupo 2: 13 / 05 / 25	Mantener y mejorar la fuerza muscular en las Personas Mayores, promoviendo la independencia funcional y la calidad de vida.	- Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que mínimo 5 participantes logren levantar 10 veces las mancuernas. - Que los usuarios logren responder	<p style="text-align: center;">“Preguntados”</p> Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Se dará una breve introducción de que es el Vivifrael, su objetivo, los programas que se encuentran (A, B, C1, C2 y D) y cuáles son los que se eligieron que son atingentes para los usuarios. Para comenzar, los usuarios se ubicarán en sillas formando dos columnas. La actividad se desarrollará por parejas. Cada pareja deberá	- Sillas. - Mancuernas. - Banda elástica. - Dado. - Botón - Tarjetas de preguntas.

		<p>mínimo 1 respuesta correcta cada uno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p>responder una pregunta que será determinada por el lanzamiento de un dado que arrojará la categoría (Deporte, entretenimiento, geografía, entre otros). Antes de responder, cada equipo deberá realizar diez repeticiones de levantamiento de mancuernas en su silla o estiramiento con banda elástica según corresponda. Una vez completado este ejercicio, los primeros participantes se dirigirán a un botón que deberán presionar lo más rápido posible para determinar quién responde. Al responder correctamente volverán a su posición y seguirán el resto de los participantes.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad?, ¿Qué categoría, estaba más difícil? y ¿Cómo se sintieron en la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	
<p>Grupo 1: 19 / 05 / 25</p> <p>Grupo 2: 20 / 05 / 25</p>	<p>Mantener y mejorar la fuerza muscular en las Personas Mayores, promoviendo la independencia funcional y la calidad de vida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los tres equipos recolecten mínimo 5 vasos de su respectivo color. 	<p>“¡A recolectar!”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>VERDADERO Y FALSO</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Vasos plásticos. - Lana. - Elásticos. - Pictogramas que forman oraciones.

		<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 1 equipo logre formar la oración correctamente. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p>Para comenzar, se dividirá al grupo en tres equipos (Rojo – Amarillo – Azul). La actividad consistirá en que cada equipo deberá recolectar los vasos de su respectivo color que se encontrarán distribuidos por toda la sala y deberán llevarlos a la mesa ya que dentro de cada vaso se encontrarán palabras que formarán oraciones. Para recolectar cada vaso se deberá trabajar en equipo ya que para movilizarlos se utilizará un elástico con lana que necesita de fuerza y resistencia para lograr abrir el elástico y atrapar el vaso.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Qué se le dificultó trabajar? y ¿Cómo se sintieron trabajando en grupo? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	
<p>Grupo 1: 26 / 05 / 25</p> <p>Grupo 2: 27 / 05 / 25</p>	<p>Mejorar la resistencia cardiovascular en Personas Mayores, aumentando su capacidad para realizar actividades físicas prolongadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren realizar correctamente las instrucciones de las internas mínimo el 50% de la sesión. 	<p style="text-align: center;">“Juego de inversión”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>La actividad consistirá en que las Personas Mayores se encontrarán de pie ubicadas dentro de aros. Deberán seguir las instrucciones de las internas, pero deberán realizar la acción contraria a lo</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aros. - Conos. - Balones de colores.

		<p>- Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión.</p>	<p>solicitado. Por ejemplo, si se indica 'un paso adelante', deberán dar un paso atrás o si se les solicita cambiarse de posición hacia la derecha, deberán dirigirse a la izquierda y así con todas las instrucciones.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Qué indicación se dificultó realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.</p>	
<p>Grupo 1: 02 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 03 / 06 / 25</p>	<p>Mejorar la resistencia cardiovascular en Personas Mayores, aumentando su capacidad para realizar actividades físicas prolongadas.</p>	<p>- Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión.</p> <p>- Que los usuarios logren introducir mínimo 15 pelotas en total.</p> <p>- Que los usuarios logren armar el puzzle en su totalidad.</p> <p>- Que mínimo 3 participantes logren mencionar</p>	<p>“¡A trasladar!”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>ROSCO</p> <p>La actividad se desarrollará en parejas, donde las Personas Mayores deberán trasladar de un extremo a otro de la sala pelotas de colores con la ayuda de una bandeja plástica que tendrá en sus cuatro extremos lana y evitar que la pelota caiga al suelo. Al llegar al otro extremo deberán introducir la pelota en una canasta y se les entregará una pieza</p>	<p>- Bandeja Plumavit.</p> <p>- Lana.</p> <p>- Pelotas.</p> <p>- Canasta.</p> <p>- Puzzle “Gulamtun”.</p>

		como se sintieron durante la sesión.	de un puzzle, al recolectar todas las piezas deberán formar en grupo el puzzle del logo de Gulamtun. Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Se le dificultó realizar el puzzle? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.	
<p>Grupo 1: 09 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 10 / 06 / 25</p>	Mejorar el equilibrio de las Personas Mayores para así reducir el riesgo de caídas frecuentes en esta población.	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que mínimo 5 participantes logren completar el circuito en su totalidad. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">“Circuito Motor”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>La actividad se realizará en parejas, donde un participante se deberá situar al final del circuito con una caja de colores. Mientras el otro participante completa un circuito motor que consta de tres partes: Primero caminar en zigzag mientras traslada una pelota, Luego pasar entre conos, levantando los pies y para finalizar deberán lanzar la pelota a su compañero.</p> <p>Como cierre de sesión, se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? y ¿Cómo se</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cinta de papel. - Conos. - Aros. - Pelotas de colores. - Caja con colores.

			sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.	
<p>Grupo 1: 16 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 17 / 06 / 25</p>	<p>Mejorar el equilibrio de las Personas Mayores para así reducir el riesgo de caídas frecuentes en esta población.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren retirar mínimo 2 discos cada uno. - Que todos los usuarios logren lanzar dentro del aro mínimo 2 pelotas. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">“Sacando discos”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitara que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>Las Personas Mayores deberán trabajar en pareja y ubicarse uno frente al otro, con conos y discos delante. Los participantes deberán turnarse para retirar cada uno de los discos con la ayuda de un pie, levantando la pierna para trabaja el equilibrio dinámico.</p> <p>Luego de sacar todos los discos, se colocarán aros en el suelo formando un recorrido. Cada participante deberá desplazase pasando por dentro de los aros, coordinando sus pasos y manteniendo el equilibrio. Al llegar al final del trayecto, tomarán una pelota y deberán lánzala dentro de un aro que se encontrará colgado en el techo.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificulto más realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conos. - Discos. - Aros. - Pelotas.

			recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.	
<p>Grupo 1: 23 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 24 / 06 / 25</p>	<p>Aumentar la flexibilidad y Rango de Movimiento (ROM) en Personas Mayores y así mejorar su capacidad para realizar actividades de la vida diarias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren introducir el globo en la canasta mínimo 2 veces. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">“Pasando los globos”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria. Para continuar se dividirá al grupo formando dos columnas, donde se ubicarán a las Personas Mayores uno detrás de otro, donde cada participante estará sentado. El primer integrante de cada fila tomará un globo y deberá pasarlo hacia el compañero que se encuentra detrás. El globo continuaría de esta forma hasta llegar al último de la fila y deberán dejarla en un canasto en el menor tiempo posible.</p> <p>Luego se realizará una actividad en parejas, donde las Personas Mayores se ubicarán sentados uno frente al otro y deberán pasarse un globo entre ellos según las indicaciones de las internas, estirando los brazos hacia adelante, separando el tronco del respaldo de la silla.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificultó más realizar? y</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Sillas. - Globos.

			¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que deben venir con ropa cómoda.	
<p>Grupo 1: 30 / 06 / 25</p> <p>Grupo 2: 01 / 07 / 25</p>	<p>Aumentar la flexibilidad y Rango de Movimiento (ROM) en Personas Mayores y así mejorar su capacidad para realizar actividades de la vida diarias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que los usuarios logren realizar correctamente el movimiento por la cinta de papel en mínimo 3 ocasiones. - Que mínimo 5 Personas Mayores logren llevar el vaso hacia ellos sin derramar agua. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">“Recorrido con las manos”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>Para comenzar se ubicarán a las Personas Mayores frente a las paredes de la sala, donde habrá a la altura de los hombros dos líneas en diagonal marcadas con cinta de papel, una a cada lado. Cada participante tendrá un disco de diferente color en cada una de sus manos. Las internas indicarán en voz alta uno de los colores, y los participantes deberán tomar el cono correspondiente y realizar el recorrido de la línea.</p> <p>Para la siguiente actividad los usuarios se ubicarán en sillas y se extenderá bajo sus pies una fila de diario que en su extremo tendrá un vaso con agua, los usuarios deberán atraer el vaso hacia ellos arrastrando el diario hacia atrás con la ayuda de sus pies y así trabajar la movilidad y coordinación del tren inferior.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cinta de papel. - Discos.

			Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificultó más realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar.	
<p>Grupo 1: 07 / 07 / 25</p> <p>Grupo 2: 08 / 07 / 25</p>	<p>Mejorar las habilidades cognitivas de las Personas Mayores a través de actividades de estimulación, con el fin de optimizar la calidad de vida y el rendimiento en Actividades de la Vida Diarias.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión. - Que todos los usuarios logren recolectar mínimo una pelota en cada partida. - Que cada equipo logre adivinar mínimo dos objetos. - Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron durante la sesión. 	<p style="text-align: center;">“Velocidad”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria. Se trabajará en parejas y se ubicarán sentadas frente a frente con una mesa en el medio. A cada costado de la mesa habrá pelotas plásticas adheridas con cinta y en medio se ubicará un teléfono que indicará con una flecha direcciones alternantes (izquierda y derecha). Según la dirección que señale, a modo de competencia, los participantes deberán tomar rápidamente la pelota del lado correspondiente. Luego de la actividad, se dividirá el grupo en dos equipos (Equipo A y equipo B). Se le mostrará un objeto al equipo A y sus integrantes deberán mencionar las características como forma, color, entre otros, pero sin mencionarlo directamente. El equipo B deberá adivinar el objeto y luego se</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Cinta adhesiva. - Pelotas de colores. - Fichas de objetos.

			<p>intercambian los roles para que ambos equipos participen activamente.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Que se le dificultó más realizar? y ¿Cómo se sintieron durante la sesión? Luego se le recordará la fecha que nos volveremos a encontrar y que será la última sesión del taller “Vivifrail”.</p>	
<p>Grupo 1: 14 / 07 / 25</p> <p>Grupo 2: 15 / 07 / 25</p>	<p>Educar a las Personas Mayores sobre la importancia de la implementación del programa ViviFrail en el hogar.</p>	<p>- Que mínimo 5 usuarios logren reconocer la fecha, año y lugar de la sesión.</p> <p>- Que mínimo 3 participantes logren mencionar como se sintieron a lo largo de las sesiones.</p>	<p>“Charla Vivifrail”</p> <p>Se les dará la bienvenida a los usuarios y se comenzará con preguntas de orientación espacial (Fecha de hoy, año actual y lugar donde nos encontramos). Posterior a esto se les solicitará que mencionen que actividades se realizaron la sesión anterior con la finalidad de trabajar la memoria.</p> <p>Se ubicarán a las Personas Mayores en un semi círculo para comenzar con la charla mientras se realiza una convivencia. La charla consistirá en como implementar el programa “Vivifrail” en el hogar, además, se le entregará un horario plastificado con las actividades que debe realizar día a día acompañado de demostración física de los ejercicios.</p> <p>Para finalizar se realizará una retroalimentación de la actividad con preguntas como; ¿Qué les pareció la actividad? ¿Tienen alguna pregunta sobre las actividades del programa? y ¿Cómo se sintieron a lo largo de todas las sesiones? Luego se les agradecerá</p>	<p>- Sillas y mesas.</p> <p>- Presentación.</p> <p>- Horario “Vivifrail”.</p> <p>- Hojas con actividades.</p>

			la participación y compromiso durante todas las sesiones.	
--	--	--	---	--

2. HORARIOS DE ATENCIÓN POR DISCIPLINA

NUTRICIÓN

Horario Nutricionista					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 - 09:30	Trabajo administrativo				
09:30- 10:00	Ingreso y Control de Signos Vitales				
10:00- 10:30	Coordinación Nutrición	VGI	Revisión de casos		
10:30- 11:15	Atención Individual	Atención Individual	Trabajo administrativo Central de Alimentación		
11:30- 12:15	VGI	Taller de Nutrición			
12:15- 12:45	Almuerzo Usuarios				
12:45-14:30	Consultas espontaneas				
14:30-15-15	Taller de Nutrición	Docencia / Trabajo administrativo			
15:15-15:45	Once				
15:45-16:30	Docencia/ Trabajo administrativo	Reunión Central de Alimentación			
16:30 - 17:30	Salida Usuarios				

KINESIOLOGÍA

Horario Kinesiología Marzo - Abril						
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
08:30 - 09:30	Docencia Internos					
09:30- 10:00	Ingreso y Control de Signos Vitales					
10:00- 10:30	Consultas Espontáneas					
10:30- 11:15	Taller Kinesiología	Docencia A+S (4to año)	Taller Kinesiología	Taller Kinesiología	Taller Kinesiología	Taller Transdisciplinar
11:30- 12:15	José Neira		Domingo Tripainao / Elza Lillo	Jorge Troncoso / Carlos Contreras	Alicia Garrido	Docencia Internos
12:15- 12:45	Almuerzo Usuarios					
12:45-14:30	Consultas Espontáneas					
14:30-15:15	María Isabel Troncoso / Eufemia Barra	Segundo Pérez / María Espinoza		Graciela Espinoza /	Julieta Meliñan / Eliana Valderrama	Reunión de equipo
15:15-15:45	Once					

15:45-16:30	VGI / Trabajo Administrativo	Haimer Soto / Luis Gutierrez	Humilde Morales / Elena Escobar	VGI / Trabajo Administrativo	
16:30 - 17:30	Salida Usuarios				

Horario Kinesiología Mayo - Junio						
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	
08:30 - 09:30	Docencia					
09:30- 10:00	Ingreso y Control de Signos Vitales					
10:00- 10:30	Consultas Espontáneas					
10:30- 11:15	Taller Actividad Fca	Taller Actividad Fca	Taller Est. Marcha	Taller Kinesiología a+s	Taller Transdisciplinar	
11:30- 12:15	José Neira / Elena Escobar	Domingo Tripainao / Ana Agosto	Carlos Contreras / M isabel Troncoso	Elba Sandoval / Haimer Soto	VGI / Reev	
12:15- 12:45	Almuerzo Usuarios					
12:45 a 13:30	Consultas Espontáneas					
13:30 a 14:30	Trabajo Administrativo					
14:30-15-15	Doris Godoy / Eufemia Barra	Segundo Perez / Raúl Gutiérrez	Graciela Espinoza /	Raúl Gutierrez / Luis García	Trabajo Coordinación Sanitaria	
15:15-15:45	Once					
15:45-16:30	VGI / Reev	/ María Luisa Cifuentes	Ida Bueno / José Neira	Elza Liilo		
16:30 - 17:30	Salida Usuarios					

TENS:

Horario**	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 – 09:00	Trabajo Administrativo	Trabajo Administrativo	Trabajo Administrativo	Trabajo Administrativo	Trabajo Administrativo (Registros Internos)
09:00 – 09:30	Preparación box de atención	Preparación box de atención	Preparación box de atención	Preparación box de atención	
09:30 – 10:30	Control de Signos Vitales	Control de Signos Vitales	Control de Signos Vitales	Control de Signos Vitales	Atención Espontánea (Egresados)
10:30 – 10:50	Limpieza box de atención	Limpieza box de atención	Limpieza box de atención	Limpieza box de atención	Limpieza box de atención
11:00 – 11:15	Registros Control de Signos Vitales	Registros Control de Signos Vitales	Registros Control de Signos Vitales	Registros Control de Signos Vitales	Atención Espontánea (Egresados)
11:15 – 12:15	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Atención Espontánea	Reunión Área de Enfermería
12:15 – 13:00	Turno en Comedor	Turno en Comedor	Turno en Comedor	Turno en Comedor	
13:00 – 13:30	Almuerzo Colaboradores				

13:30 – 14:00	Almuerzo Estudiantes				
14:00 – 14:30	Atención Individual (Antropometría)	Atención Individual (Antropometría)	Atención Individual (Antropometría)	Atención Individual (Antropometría)	Reunión Equipo CDR
14:30 – 15:15	Seguimiento Telefónico Usuarios	Taller TENS Andrea Cabello	Seguimiento Telefónico Usuarios	Taller TENS Felipe Cerda	
15:15 – 15:45	Turno en Comedor	Turno en Comedor	Turno en Comedor	Turno en Comedor	
15:45 – 16:30	Atención Espontánea	Atención Espontánea	Atención Espontánea	Atención Espontánea	
16:30 – 17:15	Seguimiento Telefónico Usuarios	Seguimiento Telefónico Usuarios	Seguimiento Telefónico Usuarios	Seguimiento Telefónico Usuarios	
17:15 – 17:30	Registro de Insumos e Inventario	Registro de Insumos e Inventario	Registro de Insumos e Inventario	Registro de Insumos e Inventario	

Horario Enfermera

Horario Enfermera marzo - abril 2025					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 – 09:30	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas

09:30 – 10:30	Control de Signos Vitales	Control de Signos Vitales			
10:30 – 11:15	Registro CSV	Registro CSV	Registro CSV	Registro CSV	Reunión Equipo Enfermería
11:30 – 12:15	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Taller Enfermería	
12:15 – 13:00	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas
13:00 – 14:00	Almuerzo colaboradores				
14:00 – 15:15	A. Individual	A. Individual: Haimer Soto	A. Individual	A. Individual	Reunión Equipo CDR
15:15 – 15:45	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	
15:45 – 16:30	Taller Enfermería	Taller Enfermería	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	
16:30 – 17:30	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	

Horario Enfermera mayo - junio 2025					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 – 09:30	Funciones Administrativas				
09:30 – 10:30					Control de Signos Vitales

	Control de Signos Vitales				
10:30 – 11:15	Registro CSV	Registro CSV	Registro CSV	Registro CSV	Reunión Equipo Enfermería
11:30 – 12:15	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Taller Enfermería	
12:15 – 13:00	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas
13:00 – 14:00	Almuerzo colaboradores				
14:00 – 15:15	A. Individual	A. Individual: Haimer Soto	A. Individual	A. Individual: Luis Gutiérrez	Reunión Equipo CDR
15:15 – 15:45	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	
15:45 – 16:30	Taller Enfermería	Taller Enfermería	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	Valoración Geriátrica Integral (VGI)	
16:30 – 17:30	Funciones Administrativa	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	

Horario Enfermera junio - julio 2025					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 – 09:30	Funciones Administrativas				
09:30 – 10:30	Turno comedor	Turno comedor	Turno comedor	Turno comedor	

					Actualización fichas atención usuaria	
10:30 – 11:15	Actualización nuevas fichas	Actualización nuevas fichas	Actualización nuevas fichas	Actualización nuevas fichas		
11:30 – 12:15	Valoración Geriátrica Integral (VGI) /Reev	Valoración Geriátrica Integral (VGI) /Reev	Valoración Geriátrica Integral (VGI) /Reev	Taller Enfermería	Reunión Equipo Enfermería	
12:15 – 13:00	Almuerzo usuarios					
13:00 – 13:30	Almuerzo funcionarios					
14:00 – 14:15	A. Individual usuarios Dislipidemia	A. Individual usuarios Dislipidemia	A. Individual usuarios Dislipidemia	A. Individual usuarios Dislipidemia	Actualizaciones antecedentes médicos y otros	
14:15 – 14:30	A. Individual usuarios Dislipidemia	A. Individual usuarios Dislipidemia	A. Individual usuarios Dislipidemia	A. Individual usuarios Dislipidemia		
14:30 – 15:15	A. Individual usuarios HTA	A. Individual: Haimer Soto	A. Individual usuarios DM	A. Individual: Ana Agosto		
15:15 – 15:45	Once usuarios					
15:45 – 16:30	Taller Enfermería	Taller Enfermería	Funciones Administrativas	A. Individual usuarios HTA o DM		
16:30 – 17:30	Reunión Equipo CDR	Salida usuarios			Salida 17:00 horas	

Horarios Psicología

Horario Psicología Abril – Mayo - Junio					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 - 09:30	Administrativo	Administrativo	Administrativo	Administrativo	Administrativo
09:30-10:00	Ingreso y Control de Signos Vitales				
10:00-10:30	Coordinación Ps	Monitoreo telefónico	Coordinación Ps	Monitoreo telefónico	Atención Individual
10:30-11:15	Taller Psicología	Taller Psicología	Taller Psicología	Taller Psicología	Reunión Psicosocial
11:30-12:15	Atención Individual	Atención Individual	Atención Individual	Atención Individual	Taller Psicosocial
12:15-12:45	Almuerzo Usuarios				
13:00-13:30			Almuerzo Funcionarios		
13:30-15:15	Reunión Coordinación	Administrativo	Coordinación Red Social	Administrativo	Reunión Clínica Equipo
15:15-15:45	Once				
15:45-16:30	Atención Individual	Atención Individual	VGI/Reevaluación	VGI/Reevaluación	Reunión Clínica Equipo
16:30 - 17:30	Salida Usuarios				

Trabajo Social:

Horario Trabajo Social, abril, mayo y junio					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 - 09:30	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Reunión Trabajo Social	Reunión Trabajo Social	Reunión Trabajo Social
09:30- 10:00	Ingreso y Control de Signos Vitales				
10:00- 10:30	Coordinación redes sectoriales.	Atención Individual	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas
10:30- 11:15	Atención Individual	Visita Domiciliaria	Atención Individual	Atención Individual	Reunión Psicosocial
11:30- 12:15	Taller Trabajo Social	Visita Domiciliaria	Coordinación redes sectoriales.	Taller Trabajo Social	Taller Psicosocial
12:15- 12:45	Almuerzo Usuarios				
12:45-14:30					
14:30-15-15	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Funciones Administrativas	Visita Domiciliaria	Reunión de Equipo
15:15-15:45	Once				
15:45-16:30	Coordinación redes sectoriales.	Taller Trabajo Social	Taller Trabajo Social	Visita Domiciliaria	Reunión de Equipo
16:30 - 17:30	Salida Usuarios				

TERAPIA OCUPACIONAL

Horario Terapia Ocupacional Marzo Abril					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 - 09:30	Docencia				
09:30- 10:00	Ingreso y Control de Signos Vitales				
10:00- 10:30	Coordinación	Revisión de casos	Revisión de casos	Revisión de casos	Docencia
10:30- 11:15	VGI	VGI	Al Erita Vallejos	Al Eliana Valderrama	Docencia
11:30- 12:15	Al Erita Vallejos	Al Pedro Peña	Al Fredecinda Bastías	Al Pedro Peña	Taller Transdisciplinar
12:15- 12:45	Almuerzo Usuarios				
12:45-14:30	Docencia	Docencia	Administrativo	Administrativo	Administrativo
14:30-15-15	VGI	T. Vivifrail	T. Entrenamiento de AVD	T. Entrenamiento de AVD	Reunión de Equipo
15:15-15:45	Once				
15:45-16:30	T. Vivifrail	VGI Julieta Meliñan	Al Eufemia Barra	Al Julieta Meliñan	
16:30 - 17:30	Salida Usuarios				

Horario Terapia Ocupacional Mayo- Junio					
Horario	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
08:30 - 09:30	Docencia				
09:30- 10:00	Ingreso y Control de Signos Vitales				
10:00- 10:30	Coordinación	Revisión de casos	Revisión de casos	Revisión de casos	Docencia

10:30-11:15	Coordinación	Al Rosalía Mont./Domingo	Al Humilde	Al Ana agosto	Docencia
11:30-12:15	VGI	Al Pedro Peña/ Elza Lillo	Al Fredecinda Bastías	Al Pedro Peña/Luis García	Taller Transdisciplinar
12:15-12:45	Almuerzo Usuarios				
12:45-14:30	Docencia	Docencia	Administrativo	Administrativo	Administrativo
14:30-15-15	Al Edita Vallejos	T. Vivifrail	T. Entrenamiento de AVD	T. Entrenamiento de AVD	Reunión de Equipo
15:15-15:45	Once				
15:45-16:30	T. Vivifrail	Al Ana agosto	Al Eufemia Barra	Al Elba Sandoval	
16:30 - 17:30	Salida Usuarios				