



Informe final de práctica profesional de trabajo social
Fundación Proyecto 21

Paula Andrea Gómez Chalarca

Informe de práctica presentado para optar al título de Trabajadora Social

Asesora

Luz Miriam Agudelo Gil, Magíster (MSc) en Terapia Familiar

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Trabajo Social
Medellín, Antioquia, Colombia
2024

Cita

(Gómez Chalarca, 2024)

Referencia

Gómez Chalarca, P (2024). *Informe final de práctica profesional de Trabajo Social. Fundación Proyecto 21*. [Informe de práctica]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Estilo APA 7 (2020)



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Tabla de contenido

Resumen	7
Abstract.....	8
Introducción.....	9
1. Contextualización	10
1.1. Fundación Proyecto 21	10
1.2. Antecedentes	11
1.2.1. Misión	12
1.2.2. Visión.....	13
1.2.3. Otros objetivos	15
2. Objetivos de la práctica	17
2.1. Objetivo general.....	17
2.2. Objetivos específicos.....	17
3. Fundamentación teórica y conceptual	18
3.1.1. Construccinismo social	18
3.2. Referente conceptual:	19
4. Fundamentación metodológica	21
4.1 Ruta metodológica	21
5. Proyecto de intervención	23
5.1.1. Introducción.....	23
5.2. Caracterización de la población beneficiaria	24
6. Momentos de la Intervención en el marco del proyecto.....	25
6.1. Descripción de Actividades	25
7. Situación Diagnostica	29
8. Objeto de la intervención.....	32

9. Justificación.....	35
10. Objetivos	36
10.1 Objetivo general.....	36
10.2 Objetivos específicos.....	36
11. Ejecución del proyecto de intervención	37
12. Análisis de la experiencia.....	52
13. Consideraciones Éticas	54
Referencias	55
Anexos	57

Lista de Tablas

Tabla 1 Cronograma.....27

Lista de figuras

Figura 1 Evidencia de acompañamiento pedagógico con los estudiantes	45
Figura 2 Evidencia de acompañamiento pedagógico con los estudiantes	45
Figura 3 Evidencia de primer acercamiento en reunión con padres de familia	46
Figura 4 Evidencia de la primera intervención en reunión con padres de familia	46
Figura 5 Difusión – Infografía sobre alimentación saludable para los padres de familia	47
Figura 6 Actividades realizadas con los estudiantes de la fundación Proyecto 21, enfocadas en el proyecto de intervención	48
Figura 7 Actividades realizadas con los estudiantes de la fundación Proyecto 21, enfocadas en el proyecto de intervención	48
Figura 8 Evidencia de reunión de padres de familia y acudientes, sobre alimentación saludable con profesional en nutrición y dietética de la Universidad de Antioquia	49
Figura 9 Evidencia de cierre del proyecto de intervención	49
Figura 10 Evidencia de cierre del proyecto de intervención	50
Figura 11 Evidencia de trabajo interdisciplinar con practicantes de psicología	50
Figura 12 Reunión pedagógica con equipo de trabajo de la Fundación Proyecto 21	51

Resumen

Este informe presenta la experiencia e intervención realizada durante la práctica profesional de Trabajo Social en la Fundación Proyecto 21, una institución dedicada al cuidado y educación de niños y jóvenes con discapacidad cognitiva, el enfoque principal de la intervención fue promover hábitos de alimentación saludable entre los estudiantes y concienciar a sus familias y cuidadores sobre la importancia de la nutrición para su desarrollo integral, a través de talleres, sesiones grupales y colaboración interdisciplinaria con profesionales en nutrición, el proyecto abordó problemas clave como el consumo excesivo de azúcar y la falta de conciencia nutricional, a pesar de los desafíos para mantener una participación constante de las familias, se observaron cambios positivos en los hábitos alimenticios de los estudiantes, reflejando el impacto de las actividades, la intervención también resaltó la importancia de un enfoque integral que considere tanto al individuo como a su familia, así como la colaboración entre diferentes disciplinas para lograr un impacto más completo. Este informe subraya el rol del trabajo social en la promoción de procesos inclusivos y la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad cognitiva.

Palabras clave: Discapacidad cognitiva, hábitos alimentarios saludables, colaboración interdisciplinaria.

Abstract

This report presents the experience and intervention carried out during the professional internship in Social Work at Fundación Proyecto 21, an institution dedicated to the care and education of children and young people with cognitive disabilities. The main focus of the intervention was to promote healthy eating habits among students and raise awareness among their families and caregivers about the importance of nutrition for their overall development. Through workshops, group sessions, and interdisciplinary collaboration with nutrition professionals, the project addressed key issues such as excessive sugar consumption and the lack of nutritional awareness. Despite challenges in maintaining constant family participation, positive changes were observed in the students' eating habits, reflecting the impact of the activities. The intervention also highlighted the importance of an integrated approach that considers both the individual and their family, as well as the collaboration of different disciplines to achieve a comprehensive impact. This report underscores the role of social work in promoting inclusive processes and improving the quality of life for people with cognitive disabilities.

Keywords: Cognitive disability, healthy eating habits, social work intervention, interdisciplinary collaboration, family involvement, inclusive processes, nutrition awareness, integral development.

Introducción

El presente informe describe la experiencia obtenida durante el periodo de práctica profesional de Trabajo Social en la Fundación Proyecto 21, una institución dedicada a la atención y formación de niños y jóvenes con discapacidad cognitiva, la intervención se desarrolló a partir de la necesidad de promover prácticas de alimentación saludable entre los estudiantes de la fundación, así como sensibilizar a sus familias y cuidadores sobre la importancia de una adecuada nutrición para el bienestar integral de las personas con discapacidad cognitiva.

La intervención tuvo como eje central la mejora de los hábitos alimenticios de los estudiantes, observando que el consumo elevado de alimentos ultra procesados y ricos en azúcar afectaba negativamente su comportamiento, concentración y desarrollo cognitivo, a través de actividades pedagógicas, reuniones grupales y talleres, se buscó no solo la modificación de dichos hábitos, sino también la creación de conciencia en las familias sobre el papel crucial que juega la alimentación en el desarrollo integral de sus hijos.

El enfoque de esta práctica estuvo basado en la metodología del trabajo social con un enfoque sistémico e interdisciplinario, integrando la colaboración con profesionales en nutrición y psicología para lograr un abordaje integral, la importancia de las dinámicas familiares y el apoyo emocional también fueron temas centrales en el desarrollo del proyecto, evidenciando la necesidad de una intervención integral que tenga en cuenta las múltiples dimensiones que afectan el bienestar de la población con discapacidad cognitiva, al final del informe se presentan evidencias documentales y visuales de las actividades y logros obtenidos durante la práctica.

En este informe se expondrán los objetivos, metodología, resultados y análisis de la intervención realizada, con el propósito de reflejar tanto los logros alcanzados como los desafíos enfrentados, destacando la importancia del trabajo social en la promoción de procesos inclusivos y en la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad.

1. Contextualización

1.1. Fundación Proyecto 21

La Fundación Proyecto 21, “Centro Especializado Andrés Felipe Meléndez Forero” es un Centro para la formación y educación de personas con discapacidad intelectual o cognitiva, (Síndrome de Down, autismo, trastornos del desarrollo leves y moderados, TDAH, Prader Willi, Asperger, entre otros síndromes) y fue creada el 6 de junio del año 2010, su primera Sede estuvo ubicada en el barrio Manrique y actualmente está ubicada en Prado Centro, con otra Sede en el Municipio de Bello.

Anteriormente era una entidad privada pero ahora es una fundación sin ánimo de lucro, vigilada por la Gobernación de Antioquia y Secretaría de Educación Departamental Y Cumple con la normatividad legal, para estar acorde con la oferta y la demanda en el sector que le compete: la discapacidad.

La Fundación nació con una vocación innata en sus profesionales, que ha permitido a través del tiempo, entregar a las familias, seres sociales íntegros en su formación, con competencias básicas desarrolladas de acuerdo a la capacidad que cada uno alcanza en sus logros de desempeño, por lo que los últimos trece años, ha consagrado su labor a la formación y educación de jóvenes y niños con discapacidad intelectual o cognitiva. Labor que redundo en beneficios para esta población que tiene necesidades especiales, tanto en la educación, como en su formación integral.

Pero los niños y jóvenes con dichas condiciones especiales no han sido el único objetivo para la Fundación, sino que sus familias también han estado incluidas en los programas que ofrece la fundación, desde los procesos de psico orientación, ya que ellos han sido y serán siempre el núcleo o base principal que forma los hijos para la sociedad.

Durante estos trece años, los jóvenes y niños han crecido en su formación y la Fundación y sus profesionales han crecido en experiencia, la cual se traduce en conocimientos y sabiduría que se transmite para la producción de conocimientos de dichos niños y jóvenes. Toda esa experiencia adquirida, de acuerdo a Freddy Jaramillo, se ha ido proyectando en recursos didácticos innovadores, propios de la fundación, representados en cartillas didácticas y con un enfoque especial para la discapacidad (síndrome de Down, espectro autista, trastornos del desarrollo leves

y moderados, déficit de atención y dificultades en el aprendizaje, trastornos del habla y del lenguaje, entre otros síndromes).

Es así como, a pasos agigantados, la Fundación ha ido creciendo en esa tarea de formar que es una tarea de nunca acabar, pero que deja grandes satisfacciones en el día a día, lo que representa también un gran estímulo para dichos niños y jóvenes y sus familias que se sienten motivadas al ver que vale la pena luchar por los sueños e ideales que se van fabricando en la vida de sus hijos.

1.2. Antecedentes

La experiencia de esta Fundación se traduce en servicios y programas que han venido realizando a diario con los jóvenes, niños y sus familias, a lo largo de trece años. Ha sido un proceso de formación y orientación, desde las aulas de apoyo y/o de adaptaciones curriculares, hasta procesos de orientación psicológica para todos, con un modelo de atención educativo, sociocognitivo y por eso ha estado dotada de personal profesional y especializado, con capacitaciones en Neuro- diversidad, psicología, inclusión social y educativa, pedagogía, artes plásticas, entre otras, lo que les ha dado las facultades suficientes para lograr el objeto social de la fundación.

Actualmente tienen convenio con COMFENALCO ANTIOQUIA y COMFAMA, quienes remiten jóvenes y niños con discapacidad cognitiva y cubren su mensualidad con subsidios educativos, durante todo el año. Los demás chicos, hacen un aporte mensual, de acuerdo con su capacidad económica y hay otros que no pagan absolutamente nada, por lo que los objetivos de la Fundación también van en sentido de una labor humanitaria y por eso mismo acuden a convenios universitarios para poder buscar sostener la fundación.

Actualmente, ofrecemos programas y actividades que hacen parte del diario vivir en nuestra fundación, la cual presta servicios de lunes a jueves en horarios flexibles desde las 8:00 am, hasta las 1:00 pm. La producción de conocimientos es una constante en la rutina diaria de esta Fundación y dentro de dichos horarios, donde se procura ofrecer la mayor cantidad posible de conocimientos a dichos niños y jóvenes, debido también a que la Fundación tiene un enfoque personalizado, pues sus aulas no albergan más de 15 integrantes en cada una de ellas, las cuales están por niveles, de acuerdo a su desarrollo cognitivo y competencias básicas.

La diversidad funcional que representa esta población hace que se encuentren algunos jóvenes, niños y niñas con serias dificultades en su comportamiento, otros con problemas conductuales. Pero la mayoría de las veces son problemas de crianza, de falta de un buen acompañamiento y formación en general, donde no está establecida la norma. Es allí, donde hay que hacer un trabajo muy interesante, tanto con ellos, como con sus familias, para lograr que esas dificultades sean parte del pasado. La discapacidad no es difícil de tratar, ellos representan la ternura y el afecto, lo demás depende del trato, por lo que el Inder también se ha unido a esta causa y hasta el sol de hoy hace parte del equipo docente, con un profesional que asiste tres días por semana, en actividades físicas y deportivas.

Es importante resaltar también que la Fundación no tiene tiempo límite de duración en la institución, por lo tanto, nunca ha habido ni habrá promociones determinadas ni egresados. Ha bastado con desarrollar el modelo de atención educativa, social y cognitivo, para alcanzar resultados satisfactorios en la evolución de nuestra población.

En cuanto a los recursos didácticos y la metodología, se ha basado en la experiencia adquirida día a día, el descubrimiento de las necesidades educativas especiales y la proyección a partir de allí. La participación e interacción, con recursos didácticos que se tengan a la mano. La imaginación y creatividad del docente y la implementación de actividades de estimulación cognitiva. También trabajan con un manual de enseñanza y aprendizaje creado por los mismos profesionales, con orientaciones, estrategias, tips y material didáctico ilustrado, que facilitan el proceso, tanto de enseñanza como de aprendizaje.

1.2.1. Misión

Contribuir a que los niños y jóvenes con discapacidad cognitiva, adquieran destrezas y competencias mediante un clima de armonía y disfrute del día a día, aplicando proyectos innovadores en los diferentes ámbitos del saber, que les garanticen el logro de sus metas individuales y el desarrollo personal, haciéndolos capaces de adaptarse a los cambios y a los retos de su entorno, incidiendo en la práctica de valores éticos y morales.

La felicidad no es la meta, la felicidad es el camino.

1.2.2. Visión

Ser un centro líder a nivel nacional especializado en el cuidado integral de niños y jóvenes con discapacidad cognitiva, influyendo en su formación mediante la enseñanza y la adquisición de destrezas básicas y práctica de valores que contribuirán de manera positiva en el logro de sus metas individuales, desarrollo de habilidades y destrezas, desde el potencial inmenso de capacidades que alberga en su ser.

Resumen de la propuesta de intervención de la Fundación 2022-2030:

Cuando se habla de discapacidad intelectual y del desarrollo, se hace alusión a aquellas personas con limitaciones significativas en su funcionamiento intelectual, así como en conductas adaptativas, siendo manifiesta en las habilidades conceptuales, sociales, habilidades adaptativas y muchas veces presente en las competencias comunicativas, desarrollo de las competencias básicas, originándose antes de los 18 años. Por lo general, se crea alguna dependencia, siendo necesario el apoyo de personas de su entorno, tomando la familia como parte fundamental en el desarrollo de sus capacidades, las cuales van ligadas a sus limitaciones. Allí es donde radica la importancia y el funcionamiento en la vida de estas personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Cuando hay apoyo familiar, su condición tiende a mejorar aquellas dificultades, a eliminar barreras y limitaciones que trae consigo la discapacidad y el entorno que, muchas veces es adverso en su accionar y desenvolvimiento, por eso, si se trata de definir el entorno de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo, se puede hablar primeramente de la familia como ese pequeño contexto, donde se desarrolla la vida y el funcionamiento de los miembros en situación de discapacidad, siendo esta la que en últimas, legitima su condición o más bien, las limitaciones mejoran o deterioran su nivel cognitivo o el desarrollo del mismo.

Es relevante ampliar el concepto de familia y el papel que juega en la vida de los jóvenes y niños con discapacidad cognitiva. Su entorno más cercano, que es la familia, muchas veces por desconocimiento, no saben reconocer una discapacidad o trastorno del desarrollo en su hijo o hija, dejándolos a su suerte, al abandono y muchas veces, al maltrato, relegándolos de toda participación familiar y social. Al igual, también hay otras familias desorientadas que no saben dónde acudir en búsqueda de apoyo educativo y contribución a una formación adecuada para personas con discapacidad cognitiva o intelectual.

La fundación proyecto 21, Centro especializado, Andrés Felipe Meléndez Forero, presta su servicio a jóvenes y niños con discapacidad intelectual y cognitiva en general. Al igual presta servicio de orientación y apoyo a las familias de nuestra población con discapacidad. En sus largos años de estar trabajando con dicha población, la fundación Proyecto 21, conoce y reconoce la problemática que aqueja a los chicos y sus familias; su vulnerabilidad, la falta de entornos accesibles, necesidades económicas y la falta de un proceso educativo y formativo adecuado y adaptado a sus necesidades especiales, para una integración real a la sociedad. Es así como los sueños y proyectos de la Fundación, se encaminan a una transformación y ampliación del servicio, presupuestado al año 2.030., sueños que van mucho más allá de la oferta que actualmente ofrecen las pocas instituciones especializadas para la población con discapacidad en la ciudad y el área metropolitana.

Los programas de la Fundación se proyectan desde la etapa inicial o primera infancia, que va desde su nacimiento hasta los 8 años aproximadamente, con algunas variaciones en su desarrollo, dado su discapacidad. Es una etapa donde el desarrollo del cerebro se refleja notablemente. Es allí donde recibe la mayor influencia de su entorno y contexto. Es importante su preparación para la vida, desarrollando y priorizando todas sus necesidades, tanto sociales, como físicas y cognitivas, entre otras.

Programas de prevención y estimulación temprana, actividades enfocadas en la estimulación cognitiva y el desarrollo temprano de habilidades sociales, actividades psicomotrices, desarrollo de competencias básicas y comunicativas, inicios de lectura y escritura, conocimiento de matemáticas elemental, talleres del lenguaje, actividad física y deportes, terapias del lenguaje. Todo un diseño curricular orientado por profesionales de muchas áreas, que van desde la salud, psicología, hasta licenciados en carreras pedagógicas.

Cuando se inicia un proceso tardío en la adaptación social y de desarrollo de habilidades y competencias básicas y comunicativas, es mucho más complejo para el sistema mismo de enseñanza y aprendizaje. Pero si se realiza este proceso desde la primera infancia, las dificultades que traería la discapacidad son mínimas y mucho más adaptativas para la vida escolar, familiar y social, desde la niñez, adolescencia y juventud. Al hacer parte la familia de este proceso, su entorno sería ideal en un ambiente favorable para su desenvolvimiento.

Cuando pasa la primera infancia, viene una etapa muy compleja para la formación y educación de los niños y jóvenes con discapacidad. Los cambios hormonales traen consigo,

momentos difíciles en sus vidas, sumado al ambiente escolar, cuando, de pronto no hay una adaptación al sistema, debido a sus ritmos de aprendizaje, que en muchos casos es más lento y su comprensión y entendimiento se presenta mucho más complejo para su aprendizaje, por lo que la Fundación Proyecto 21, cumple con los requerimientos de educación y formación de jóvenes y niños en etapa escolar, con programas de adaptaciones curriculares y/o ajustes razonables, proyectado desde programas de desarrollo de competencias básicas, desarrollo de habilidades sociales, comunicativas, motoras, adaptativas, entre otras, hasta procesos académicos avanzados, que facilitan el logro de ritmos de aprendizajes satisfactorios para continuar con éxito en el entorno escolar. Ya las frustraciones de los estudiantes y sus familias, no serán un problema de inclusión social, porque es en la Fundación Proyecto 21, en donde se vive el proceso de inclusión educativa, familiar y social.

1.2.3. Otros objetivos

- Fortalecer habilidades sociales y humanistas a partir de diseños de estrategias dinámicas que fomenten la conciencia, la inclusión y la independencia para cada uno de los estudiantes.
- Reforzar los valores y las emociones desde las diferentes capacidades de aprendizaje. Abordar la psicomotricidad por medio de talleres participativos y dinámicos que permitan trabajar las diferentes capacidades de aprendizaje y que a su vez favorezcan el acompañamiento por parte de padres de familia cuidadores. Estimular las funciones cognitivas de los estudiantes a partir de contenidos lúdicos que permitan el desarrollo de habilidades y adaptación en todas las áreas de interacción. Establecer estrategias de afrontamiento en salud mental por causa de la pandemia tanto en estudiantes como padres de familia. Estimular en los estudiantes por medio de actividades de salud oral el cuidado de los dientes como parte fundamental de la salud física y emocional.
- Lograr una mayor independencia y adaptación a la vida en sociedad de todos, exige una ardua labor y capacitación constante del personal docente.
- Apoyar el proceso psicoeducativo de los estudiantes de la fundación Proyecto 21, interviniendo en su núcleo familiar y red de apoyo, comprendiendo la importancia de los vínculos familiares para el desarrollo físico, emocional y cognitivo de los niños, niñas y

adolescente, realizando un acompañamiento y orientación psicológica individual posibilitando espacios de zona de escucha y consejería para los estudiantes y sus familias, con el fin de favorecer las capacidades individuales y colectivas en la comunidad, para construir con ellos estrategias que les permita afrontar situaciones de fragilidad y vulnerabilidad, generando procesos reflexivos.

- Tener un Centro especializado en la formación y educación de esta población con discapacidad, que cuente con un club diseñado para la estimulación cognitiva, diversión y esparcimiento de ellos, que podamos construir aparatos que serían fundamentales para alcanzar dicho propósito. Actualmente, se cuenta con los diseños, en busca de su ejecución para beneficio de dicha comunidad, sin importar el lugar donde vaya la Fundación Proyecto 21.

2. Objetivos de la práctica

2.1. Objetivo general

Acompañar y potencializar los procesos sociales, familiares y académicos de los estudiantes pertenecientes a la fundación proyecto 21.

2.2. Objetivos específicos

- Colaborar con los docentes para adaptar el currículo educativo y garantizar que se ajuste a las necesidades y capacidades de cada estudiante.
- Promover el desarrollo integral, la autonomía y el bienestar de los y las estudiantes de la fundación proyecto 21.
- Fortalecer la comunicación entre las familias y el equipo de trabajo de la fundación Proyecto 21, para mejorar el apoyo emocional y social en el entorno escolar.

3. Fundamentación teórica y conceptual

3.1 Referente teórico:

3.1.1. Construccinismo social

Se cita en Acevedo, J. Castro Saucedo, L. & De Leon, C. (2018):

Como se ha señalado, el fenómeno social se puede reconocer que es cada vez más complejo, y se encuentra íntimamente relacionado e interconectado de una manera sistémica en diferentes niveles que pueden ir desde lo individual, familiar, social hasta contextual; el cual exige un análisis y formas de pensar en igual orden. En tal sentido, los desafíos profesionales contemporáneos demandan a la intervención social, el atender ese todo, en cada uno de sus niveles, a partir del diseño de modelos de intervención complejos, con alcances transversales e integradores (Acevedo, 2017^a; 2017b).

Asimismo, se reconoce que el enfoque de construccionismo social es pertinente para este proyecto, ya que el conocimiento se construye y reconstruye, ajustándose a las experiencias y las vivencias cotidianas.

Tener en cuenta, un andamiaje teórico y conceptual desde la mirada del construccionismo social, que permita explicar cómo las personas llegan a describir, enunciar, o construir el mundo donde viven, así como sus realidades que le originan un conflicto o tensión con otros; el construccionismo social parte del principio de que no existe una sola realidad; por esto, en las interacciones humanas, cada persona aporta la suya propia y, en el sistema relacional, se debe construir una realidad nueva y alterna con la que iniciaron la transacción.

Se plantea como eje central que el conocimiento –entendido como el repertorio con el que es manejado el mundo– se construye a través de la acción; cada conocimiento nuevo está integrado al conocimiento anterior (Kisnerman, 1998); Utilizando en un segundo momento, un conjunto de modelos de intervención social (Duque, 2013), que contribuyan junto con la persona en la búsqueda de soluciones a sus realidades que le generan el conflicto, a partir de la construcción de las alternativas que se deriven de su propio mundo socialmente construido e íntimamente conectado

con sus diferentes niveles sistémicos (individuo, familia y sociedad) (Gergen, 2005). Citado en (Acevedo, J. Castro Saucedo, L. & De Leon, C. 2018).

3.2. Referente conceptual:

Discapacidad cognitiva: La discapacidad cognitiva es un término amplio que abarca una serie de condiciones que afectan las habilidades mentales y el funcionamiento intelectual de una persona. A menudo, se caracteriza por dificultades en el procesamiento de información, la adquisición de conocimientos, la memoria, la resolución de problemas y la toma de decisiones. Estas dificultades pueden manifestarse de diversas maneras y pueden variar en gravedad de una persona a otra. (Tecglen, C. 2024).

Alimentación saludable: Diariamente, al consumir alimentos no hay conocimiento claro de sus contenidos nutricionales, calorías, cantidades de sodio o azúcar y se habla que es preferible consumir más proteínas que harinas o que son mejores las dietas recomendadas por los conocidos o encontradas en páginas de internet que consultar a un especialista.

Generalizando, se puede decir que la alimentación saludable es aquella que proporciona los nutrientes que el cuerpo necesita para mantener el buen funcionamiento del organismo, conservar o restablecer la salud, minimizar el riesgo de enfermedades, garantizar la reproducción, gestación, lactancia, desarrollo y crecimiento adecuado. Para lograrlo, es necesario el consumo diario de frutas, verduras, cereales integrales, legumbres, leche, carnes, aves y pescado y aceite vegetal en cantidades adecuadas y variadas. Si lo hacemos así, estamos diciendo que tenemos una alimentación saludable. (Minsalud, s.f).

Acompañamiento familiar:

Desde este punto de vista, la familia es contemplada como una fuente primaria de ayuda social que funciona de manera protectora para aumentar la resistencia a las enfermedades y que ayuda a lograr que, cuando surge una enfermedad, el paciente cumpla con el tratamiento (Rolland, 2000. P. 27).

Los adultos son los responsables de alimentar y de enseñar a los menores las prácticas relacionadas con la alimentación correcta, siendo la madre en particular y los cuidadores en general, quienes determinan las pautas conductuales que más tarde adoptará el infante, tanto para su alimentación personal como para el cuidado de su salud; así, los adultos son responsables de facilitar o limitar este proceso (Horodynski, 2005 citado por Alarcón, 2008; Citado en: Londoño Botero, C. et al., (2014).

Para el proyecto es importante tener en cuenta estos referentes conceptuales, debido a que la alimentación saludable, va más allá de un tema nutricional, ya que es muy significativo el componente familiar, porque la alimentación viene desde casa, desde el amor, cuando se cuida desde el amor es importante una buena y sana alimentación y mucho más cuando se trata de personas con discapacidad cognitiva o cualquier otra discapacidad, lo realmente primordial es el bienestar de la persona a quien se cuida. Por otra parte, tener en cuenta qué tipo de discapacidades se están trabajando, ya que cada discapacidad tiene sus propias recomendaciones y particularidades, finalmente conocer sobre alimentación saludable, para llevar a cabo la intervención.

4. Fundamentación metodológica

4.1 Ruta metodológica

La observación participante: Permite conocer mejor lo que ocurre en el campo de práctica, la observación participante se caracteriza por el hecho de que la persona que observa recoge los datos en el medio natural y está en contacto con los propios sujetos observados, analizando de cerca la necesidad a intervenir y su contexto social. Para este proyecto se comenzó a contemplar durante los descansos de los chicos de la Fundación Proyecto 21, cómo se alimentaban; a partir de ahí se empezó a notar que su ingesta no era la más apropiada, ya que como se ha dicho, después de los descansos se percibía que el comportamiento de los chicos cambiaba de forma negativa, es por esta razón que se empezó a formular este proyecto de intervención, ya que el único fin es el bienestar de estas personas con discapacidad cognitiva.

Revisión documental: Esta técnica ha permitido tener un reconocimiento de lo que se ha realizado anteriormente con los y las estudiantes de la Fundación Proyecto 21, tener claridad de lo que se ha trabajado a lo largo del tiempo, también ha sido útil para recolectar información lo que facilita la apropiación de la intervención.

Durante la búsqueda de información, se logró encontrar algunos artículos, en los cuales se hablaba un poco sobre una buena y sana alimentación para las personas con discapacidad cognitiva, con los cuales se logró conocer más sobre el tema de manera general.

A continuación, algunos de los artículos e información encontrada:

- Alimentación en personas con discapacidad intelectual y con Autismo.
- Nutrición y actividad física en personas con discapacidad intelectual.
- Hábitos alimentarios, claves para una nutrición saludable para familiar y personas con DID.
- Estrategias nutricionales que mejoran la función cognitiva.
- Proyecto de desarrollo: Promoción de prácticas alimentarias en padres de familia para el desarrollo de hábitos alimenticios saludables en niños de 0 a 6 años.
- Discapacidad cognitiva.

- Familias enfermedad y discapacidad, una propuesta desde la terapia sistémica.
- ¿Qué es una alimentación saludable? Colombia potencia de la vida.

Entrevista: La entrevista es relevante ya que ha posibilitado el acercamiento con el equipo de trabajo de la fundación Proyecto 21, y así poder conocer sus perspectivas en cuanto al tema que se quiere intervenir, esta se da mediante una entrevista semiestructurada en donde a partir de las observaciones se pueden desarrollar posibles soluciones y un oportuno acompañamiento.

La entrevista semiestructurada, se llevó a cabo para los practicantes de psicología y los directivos de la Fundación Proyecto 21, en la parte final de la formulación del proyecto se anexará la entrevista realizada.

Reunión grupal: De esta manera se puede ir evaluando los procesos, conocer mediante las familias y cuidadores, cual es la información que se tiene y su posición frente al tema del proyecto de intervención, y a su vez esto permite conocer los diversos procesos.

La implementación de reuniones grupales es indispensable para la intervención, hasta el momento solo se ha logrado una con los padres de familia y cuidadores, la cual se realizó en la Fundación Proyecto 21, sede Prado en la ciudad de Medellín, el día 22 de febrero del 2024.

Dicho lo anterior se espera lograr más reuniones grupales con los padres de familia y cuidadores de las personas con discapacidad cognitiva de la Fundación Proyecto 21.

La documentación bibliográfica: La recolección de información es una prioridad para esta intervención, con el fin de conocer sobre el tema de la alimentación saludable y poder recibir asesoría y orientación oportuna para luego transmitirla con los involucrados desde la disciplina del trabajo social.

Finalmente se tiene en cuenta que, el desarrollo de la práctica estuvo guiado por un plan metodológico que puede ser consultado en el Anexo 1.

5. Proyecto de intervención

5.1 Nombre del proyecto: Alimentación saludable para los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21 sede Prado

5.1.1. Introducción

El siguiente proyecto se desarrolla por medio de las prácticas profesionales de Trabajo Social, lo cual se llevará a cabo en la Fundación Proyecto 21 sede Prado, la propuesta que se tiene para el proyecto de intervención consiste en sensibilizar a los padres de familia y cuidadores de los y las estudiantes de la fundación, frente a una alimentación saludable de las personas con discapacidad cognitiva, en pro de su bienestar general.

El proyecto se enfoca en esta realidad, debido a la preocupación que se genera a raíz de la alimentación que se le proporciona a los estudiantes, que no es la más adecuada, conviene subrayar la importancia de una buena alimentación para el desarrollo integral de las personas con discapacidad cognitiva, para esto se busca en la medida de lo posible la colaboración y el apoyo voluntario de un profesional en nutrición y dietética que puedan brindar la información correspondiente ante los padres de familia y cuidadores, asimismo la recolección de documentación bibliográfica, con el fin de poder orientar desde la disciplina del trabajo social, este tema que es de vital conveniencia para la población en cuestión.

A partir del contexto del campo en el cual se desarrolla la práctica, es que se efectúa el proceso de la intervención, que se sitúa en un lugar específico, permitiendo identificar el planteamiento del problema y a partir de esto se elaboran los objetivos de la intervención, unido con una ruta teórica, conceptual y metodológica.

Es una alimentación saludable aquella que aporte todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita, el llevar una alimentación balanceada que brinden los nutrientes necesarios y una dosis adecuada de medicamento recetada por un médico especialista (endocrinólogo) permiten llevar una buena calidad de vida. (Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad, 2016).

5.2. Caracterización de la población beneficiaria

La población a la cual va dirigida esta propuesta es para los y las estudiantes con discapacidad cognitiva (40 estudiantes), de la fundación Proyecto 21, entre los 6 y 36 años, con estrato socioeconómico medio y bajo.

Beneficiarios directos: Las y los estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21.

Beneficiarios indirectos: Padres de familia y cuidadores de las y los estudiantes de la fundación Proyecto 21.

6. Momentos de la Intervención en el marco del proyecto

La intervención se pretende realizar teniendo en cuenta unos momentos los cuales buscan establecer unos lineamientos que puedan garantizar el quehacer de forma ordenada y sistemática.

Comenzando con la planeación de la intervención en la cual se tendrá como referente los objetivos y de acuerdo con ellos establecer unos temas centrales que estarán acompañados de unas actividades, estas serán asignadas durante el periodo de practica; después se establecen los tiempos de transmisión y ejecución.

Se tendrán orientaciones frente al tema de alimentación saludable, por medio de la recolección de información y el debido acompañamiento de un profesional en nutrición y dietética, para el fortalecimiento de un tema de tanta importancia, como lo es el bienestar integral de los y las estudiantes de la fundación; el acompañamiento por parte de las familias y cuidadores es determinante para llevar a cabo la ejecución del proyecto de intervención. Las actividades tendrán planeación, ejecución y evaluación como momentos cruciales y de cada uno debe quedar registro.

6.1. Descripción de Actividades

Para llevar a cabo el desarrollo de la intervención, se realizarán diferentes actividades sensibilizadoras, como: talleres y reuniones grupales, con la participación del practicante de trabajo social, practicantes en psicología y el practicante o profesional en nutrición y dietética (su participación presencial, será acordada y se hará efectiva en la medida de lo posible) ya que es necesario que haga parte de la reunión donde se hablará acerca de alimentación saludable y nutrición, las actividades pedagógicas realizadas con los estudiantes están documentadas en la Figura 6 y 7.

A continuación, se dan a conocer detalladamente el desarrollo de las 5 sesiones de trabajo, en las dos primeras sesiones se solicitará la presencialidad de los padres de familia y cuidadores y las tres sesiones restantes, se llevaran a cabo con los directamente implicados, que en este caso son los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21:

Sesión 1. Actividad 1: Presentación y encuadre

Se presentará el equipo que apoyará la propuesta, en este caso serían, los directivos de la fundación Proyecto 21, practicantes de psicología de la fundación y la practicante de trabajo social, responsable de la formulación e intervención del proyecto.

Objetivo: Dar a conocer a los padres de familia y cuidadores de los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21, de manera breve los temas que se desarrollarán durante la intervención del proyecto sobre alimentación saludable.

Metodología: se iniciará con la presentación del equipo de trabajo, encargado de desarrollar las actividades de capacitación.

Materiales:

- Lista de asistencia, para firmar.
- Celular para tomar fotos de la sesión y de todas las sesiones que continúan.

Duración: 10 min.

Sesión 2. Actividad 2

Objetivo: Presentación del practicante de nutrición y dietética de la Universidad de Antioquia, quien acompañará el proceso del proyecto de intervención de la estudiante Paula Andrea Gómez practicante de Trabajo Social, luego de esto se identificará qué tan clara y beneficiosa ha sido la información proporcionada, tanto de la participación del practicante en nutrición, como la que se ha brindado por parte de la estudiante encargada del proyecto de intervención, para los padres de familia y cuidadores de los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21, en cuanto al mejoramiento de la alimentación de los y las estudiantes de la fundación y evaluar cómo va tal proceso.

Metodología: Se citará a los padres de familia y cuidadores de los y las estudiantes de la fundación, con el fin de saber cómo ha va el proceso de mejoramiento de los hábitos alimenticios, para esto estarán presentes los practicantes de trabajo social, los practicantes en psicología y el practicante nutrición y dietética José Giraldo.

Materiales:

- 46 hojas, en la cual se responderá una entrevista semiestructurada, por parte de los padres de familia y cuidadores de los y las estudiantes, y de este modo conocer cómo va el proceso en cuanto a una sana alimentación.
- 46 lapiceros.

Duración: 1 hora.

Tabla 1

Cronograma

Sesiones	Actividad	Mes y duración	Materiales
Sesión 1	Presentación de la practicante de trabajo social y contexto del proyecto de intervención por medio de una charla para padres de familia y cuidadores.	Febrero. 10 min.	Celular para fotos.
Sesión 2	Talleres y actividades educativas sobre alimentación saludable con los y las estudiantes de la Fundación Proyecto 21.	Abril. 1 hora.	Fotocopias, hojas, colores, folletos, plegables, juegos y video beam.
Sesión 3	Talleres y actividades educativas sobre alimentación saludable con los y las estudiantes de la Fundación Proyecto 21.	Mayo 1 hora.	Fotocopias, hojas, colores, folletos, plegables, juegos y video beam.
Sesión 4	Presentación del practicante de nutrición y dietética y evaluación del proceso a través de una reunión grupal.	Junio. 1 hora.	

Sesión 5	Talleres y actividades educativas sobre alimentación saludable con los y las estudiantes de la Fundación Proyecto 21.	Julio. 1 hora.	Fotocopias, hojas, colores, folletos, plegables, juegos y video beam.
----------	---	-------------------	---

7. Situación Diagnostica

Se utilizará el Diagnóstico Rápido Participativo.

El DRP es una metodología de trabajo para recopilar y analizar información producida por diferentes grupos poblacionales, en un tiempo comparativamente corto frente a otros métodos. Es una actividad realizada sobre el terreno enfocada a obtener información sobre la cotidianidad de un grupo poblacional de forma rápido y eficiente. Es un medio para estimular y apoyar a los miembros de un grupo es la exploración, análisis y evaluación (Herrera, M. 2010).

Se basa en determinar los problemas, las oportunidades de solución y de los posibles proyectos de mejora en el manejo de temas como, los recursos naturales y de las condiciones de vida de hombres y mujeres en general. El DRP permite recolectar datos limitados, de los cuales se obtendrán resultados de manera ágil y oportuna.

A pesar de su rapidez, la recolección de datos no es inconclusa o insustancial, el DRP usa fuentes diversas para asegurar una recolección comprensible de información.

Es importante reconocer que la poca alimentación saludable en personas con discapacidad cognitiva como el Síndrome de Down, retraso mental moderado y avanzado y Espectro Autista, con un rango de edades entre los 6 a 36 años de la fundación Proyecto 21, es un tema importante, que puede traer grandes repercusiones en la salud de estas personas, por esta razón la participación de los padres de familia y cuidadores es fundamental, porque son quienes juegan el papel más importante en asegurar que sus familiares reciban una alimentación adecuada, proporcionar opciones saludables y supervisar la ingesta de los alimentos en algunos casos puede ser necesario.

Las deficiencias nutricionales más frecuentes en la DI se basan en la calidad de la dieta, principalmente en los valores calóricos y problemas de habilidad para alimentarse (destreza motora, elección, conducta alimentaria, entre otros), por lo que debe considerarse como un grupo vulnerable y de alto riesgo nutricional.

Las personas con SD padecen un riesgo particularmente alto de ser obesos, lo que a su vez puede aumentar la probabilidad de desarrollar enfermedades cardiovasculares, pulmonares, metabólicas y neoplásicas.

Por otro lado, en la población con autismo es característico presentar dificultad en el lenguaje expresivo y comprensivo que altera el desempeño social, la presencia de intereses o actividades muy restringidas que afectan su comportamiento y la falta de interés en los alimentos o preferencias poco comunes de estos, debido a los problemas gastrointestinales, alergias a alimentos, desórdenes metabólicos y deficiencias nutricionales, lo que llega a afectar el estado nutricional. El proceso de alimentación en grupos de individuos con DM se complica, principalmente porque este proceso requiere de ciertas habilidades y coordinaciones muy precisas para ingerir alimentos. De esta forma pueden presentar problemas nutricionales. (Blasco, G. et al., 2020).

Asimismo, algunas de las técnicas que se utilizarán para dar cuenta de la importancia de dicha problemática son: la observación participante, entrevistas semiestructuradas individuales y grupales, la técnica de grupos focales (reuniones, mesas redondas, asambleas) y la documentación bibliográfica.

Es por esto que, por medio de la observación participante que se ha logrado durante las practicas, la temática se enfoca en esta realidad, debido a la preocupación que se genera a raíz de la alimentación, ya que la alimentación que se le proporciona a los estudiantes no es la más adecuada, también se observa que es importante una buena alimentación para el desarrollo integral de personas con discapacidad cognitiva, que son temas que como trabajadora social no podría abordar, pero que en cuanto al bienestar general de estas personas si es un deber, intervenir con profesionales en nutrición, para que puedan brindar la información correspondiente ante los padres de familia y cuidadores.

Ahora bien, en base a lo anterior se puede decir que por medio de entrevistas semiestructuradas realizadas al equipo de trabajo de la fundación, la cual se anexará a este diagnóstico y una reunión grupal que se realizó el pasado jueves 22 de febrero/2024, se da cuenta que la preocupación no solo es importante o genera alerta en la disciplina del trabajo social, sino también de los practicantes de otras disciplinas, profesionales y directivos de la fundación Proyecto 21, es por esto que es un asunto que también generó impacto para los padres de familia y

cuidadores, ya que ellos son quienes suministran la alimentación a los y las estudiantes y por esa razón son los indirectamente implicados.

Dicho lo anterior se quiere decir que, en la primera reunión grupal con los padres de familia y cuidadores de los y las estudiantes de la fundación Proyecto 21 sede Prado centro, se abordó el tema sobre la alimentación, este interés es debido a la observación durante los descansos dentro de la fundación y es preocupante la manera en que se alimentan, la cantidad de azúcar y chatarra que consumen (por ejemplo, gaseosas, jugos de cajita altos en azúcar, productos ultra procesados, dulces, entre otros) y que el resultado de esto no es muy beneficioso para ellos, porque se ha notado no solo desde la disciplina del trabajo social sino, por todo el equipo de trabajo de la fundación, que después del primer descanso, ya que son dos, es que se manifiestan cambios en su comportamiento y la dificultad que presentan para concentrarse y como la hiperactividad en algunos aumenta, además se informa a los padres de familia y cuidadores que, el único objetivo de participar en la reunión es informar que realizará un proyecto de intervención encaminado a la alimentación saludable de los chicos con discapacidad cognitiva de la fundación.

Durante la reunión grupal se generó un debate muy interesante donde los padres de familia y cuidadores de los alumnos demostraron el gran interés que sienten frente a esta problemática y se presentaron comentarios y preguntas como: “¿qué les debemos dar?, por qué no nos dan una lista de alimentos que se les pueda proporcionar, por qué no se realizan actividades como, que un día en la semana todos deben llevar agua de tomar, o solo frutas, o alimentos que sean nutritivos y saludables para ellos”.

En conclusión, el primer encuentro dando a conocer la identificación de dicha situación, fue productiva, ya que se generó un buen conversatorio, se abordó el tema con propiedad y tranquilidad, fue entendible para ellos y el resultado ha sido satisfactorio porque después de dicha reunión grupal ya se han notado cambios en las loncheras de algunos estudiantes.

Las evidencias de la primera reunión con padres de familia y cuidadores se encuentran disponibles en las Figuras 3 y 4.

8. Objeto de la intervención

Las dificultades más comunes de las PDI respecto a la nutrición se centran en la calidad de la dieta, particularmente en los valores calóricos y el estado nutricional que parecen estar influidos por la habilidad de la persona para alimentarse por sí mismos (destreza motora, elección, conducta alimentaria, entre otras.). La deficiencia nutricional más común observada en PDI, es una insuficiencia general de nutrientes (malnutrición), seguida de problemas de habilidad para alimentarse, por lo que deben considerarse como un grupo vulnerable y de alto riesgo nutricional. Sin embargo, algunos autores han puesto de manifiesto que, con una intervención basada en la educación nutricional, hábitos saludables y ejercicio físico, se puede mejorar esa situación y estado nutricional. (San Mauro, I., et al, 2016).

El proceso que se ha desarrollado durante las prácticas en la fundación Proyecto 21, ha permitido identificar de cerca, la necesidad que se tiene de intervenir y realizar actividades sensibilizadoras sobre el tema de una alimentación saludable con los padres de familia, cuidadores y los y las estudiantes de dicha fundación.

El exceso de peso puede perjudicar la salud y favorecer el desarrollo de enfermedades graves como la diabetes, la artritis y las enfermedades relacionadas con el corazón. Aunque el sobrepeso y la obesidad afectan cada vez a más personas de nuestro entorno, las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo son las más propensas a sufrir este tipo de problemas. (Alves, C. & Sansano, A. 2017. P. 4).

Las personas con discapacidad cognitiva tienden a tener un metabolismo lento, en la mayoría de los casos se debe al mal funcionamiento de la glándula tiroides, que en ocasiones cuando se genera un aumento de peso en la persona, se caracteriza por la disminución de la actividad funcional de la tiroides.

Según la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), se entiende por discapacidad la interacción entre enfermedad o limitaciones funcionales y los factores

personales y ambientales¹. Datos presentados por la OMS en el Informe Mundial sobre la Discapacidad (2011), más de mil millones de personas, es decir, el 15% de la población mundial, sufren alguna forma de discapacidad, casi 200 millones experimentan dificultades en su funcionamiento; y ésta tasa de discapacidad está aumentando a causa de la disminución de la mortalidad y el mayor envejecimiento de la población. (Blasco López, G., et al, 2020).

Para esto es importante tener en cuenta que, a través de lo observado es preocupante la manera en que estas personas se alimentan, el alto consumo de azúcares, de productos ultra procesados, gluten, entre otros; ya que se debe tener presente, que son personas con discapacidad y que la alimentación es vital para su desarrollo integral y cognitivo, en ocasiones los familiares y cuidadores son quienes se encargan de la protección y se centran en el cumplimiento del tratamiento farmacológico, el progreso de habilidades psicomotoras, sociales y conductuales, descuidando otros aspectos básicos como su alimentación, con esto no se quiere decir que sus cuidadores alimenten a sus familiares de una manera indebida a propósito, sino por falta de educación y orientación nutricional.

La capacidad cognitiva puede verse influida por los componentes de la dieta. Los alimentos de bajo índice glucémico parecen mejorar la atención, la memoria y la capacidad funcional, mientras que los ricos en azúcares simples se asocian con dificultad de concentración y atención. El cerebro necesita un aporte continuado de aminoácidos para la síntesis de neurotransmisores, especialmente serotonina y catecolaminas. Niveles bajos de serotonina se han relacionado con una disminución del aprendizaje, del razonamiento y de la memoria. (Martínez García, R., et al, 2018).

El apoyo y acompañamientos por parte de padres de familia y cuidadores es determinante para este proceso, es posible que muchos de los padres no tengan conocimiento sobre el verdadero concepto de nutrición, y por esa razón, no direccionen sus prácticas alimentarias hacia un fin de verdadero bienestar en sus hijos, posiblemente por mero desconocimiento de la información, así que lo que se quiere es reconocer la relevancia de que estos padres tengan en cuenta los conceptos

y la importancia de llevarlo a cabo, por medio de estrategias que están a su alcance por el mismo rol que desempeñan.

La definición actual de nutrición para la Organización Mundial de la Salud es la siguiente: “la nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición es una dieta suficiente y equilibrada, siendo un elemento fundamental de la buena salud. Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad, lo cual puede preocupar a ciertos padres y cuidadores. (Londoño Botero, C., et al., 2014).

9. Justificación

Antes que nada es necesario traer a colación, que este tipo de intervenciones no pueden ser dirigidas por la trabajadora social, sin la orientación de un profesional en nutrición y dietética, ya que es una problemática que no se ha abordado con anterioridad por parte de la fundación o de practicantes y profesionales que ya han pasado por ella, así que lo que se quiere lograr con esta propuesta es generar cambios y tener un impacto positivo para los interesados, que son en este caso los y las estudiantes con discapacidad cognitiva, sus familias y cuidadores y finalmente el equipo de trabajo de la fundación Proyecto 21.

Proporcionar orientación nutricional tanto a las personas con discapacidad cognitiva como a sus familiares y cuidadores, puede ayudar a garantizar que se tomen decisiones alimentarias saludables, es importante reconocer que las necesidades dietéticas pueden variar según la persona y su condición específica.

Para esto se busca trabajar con un equipo interdisciplinario que incluya a los profesionales de la salud, como nutricionistas y dietistas, que acompañen el proceso, tanto para la realización del proyecto como para la resolución de dudas, la orientación y la realización de actividades y de este modo poder ayudar a desarrollar un plan de alimentación adecuado, y obtener información oportuna y con el apoyo de algunos practicantes de psicología quienes también pueden contribuir en pro del bienestar de los y las estudiantes de la fundación Proyecto 21.

El bienestar general de las personas es uno de los campos que les compete a los trabajadores sociales, por ende, el interés de este proyecto de intervención es sensibilizarlos frente a este asunto que es de conveniencia para todos en pro del bienestar de los y las estudiantes con discapacidad cognitiva.

10. Objetivos

10.1 Objetivo general

Contribuir al mejoramiento de las condiciones alimentarias de los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la Fundación Proyecto 21, en pro de su bienestar y desarrollo integral.

10.2 Objetivos específicos

- Promover actividades sensibilizadoras sobre la alimentación saludable de los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la Fundación Proyecto 21, para los padres de familia y cuidadores.
- Capacitar por medio de la revisión documental y con el apoyo de profesionales en nutrición y dietética, a los estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21 a sus padres de familia y cuidadores con el fin de orientarlos, sobre una sana alimentación.

11. Ejecución del proyecto de intervención

Los objetivos propuestos a desarrollar durante el primer periodo de práctica en la fundación proyecto 21 consistían en acompañar y potencializar los procesos sociales, familiares y académicos de los estudiantes pertenecientes a dicha institución, para lo que se hizo necesario implementar estrategias que acercaran a los practicantes profesionales a la comunidad estudiantil y a sus familias, como lo fue la caracterización, donde fue fundamental el apoyo de los directivos y la información que estos poseen del círculo primario de socialización de los sujetos, el conocer con quién los estudiantes comparten fuera del espacio académico otorga una idea más clara del cómo se debe intervenir desde las necesidades individuales, pues es de entenderse que es la familia donde se gesta la personalidad y las formas de afrontamiento de cada sujeto, por lo cual se logra suponer el vacío emocional que algunos de los estudiantes de la fundación proyecto 21 llevan consigo aun sin ellos mismos saberlo y sin saber el cómo expresarlo en un lenguaje estructurado, sus comportamientos son un vivo reflejo de la convivencia en los hogares, es en este punto donde la labor del trabajador social se hace necesaria, dado que es la institución educativa el espacio y factor protector de algunos estudiantes, donde llegan a ser escuchados y guiados por personas idóneas y comprometidas con la labor de inclusión desde las capacidades diversas y no desde la incapacidad, rotulo social que excluye a quien ya de por si se encuentra fuera de un sistema creado para la sobrevivencia del más fuerte.

El acompañamiento y la observación activa durante la reunión semestral a padres de familia fue fundamental para lograr obtener mucha más información clara del cómo interactúan los sujetos en los diferentes ambientes y fue primordial el ejercicio de retroalimentación que en esta se produjo, ya que se develó la necesidad de que la familia y la institución se encuentren siempre en constante comunicación clara, eficaz y en pro de cada uno de los estudiantes, se hizo evidente la falta de conocimiento frente a la educación especial y sesgo social que esto trae consigo, las familias en dicha reunión manifestaban que en ocasiones es en el mismo entorno familiar que se limitan a estas personas con capacidades diversas, es importante tener en cuenta la inclusión de los mismos, desde el hogar para que de esta manera se pueda hacer eco en la sociedad, los padres de familia hacían énfasis en lo complejo que es ingresar a personas con capacidades diversas en colegios “normales” por el hecho de no haber la suficiente educación sobre las capacidades diversas o discapacidades cognitivas o físicas, hace falta que la gente se informe para evitar el bullying

escolar y que personas con capacidades diferentes puedan hacer parte de un entorno escolar sano y funcional.

Por otro lado es importante el resaltar que el enfocar el esfuerzo en potencializar las habilidades de los estudiantes lleva al practicante en cuestión a buscar cada día el ser más recursivo adaptando actividades y saberes a las distintas comunidades, pues es de aclarar que la institución presenta un prototipo de grados escolares por llamarlo de alguna manera, esto se puede traducir en que hay grupos que tienen más o menos un nivel de dependencia y de comprensión, por ende de lenguaje, por lo que es fundamental el aprender a expresarse con todas las partes del cuerpo, y volver a este en sí, en ocasiones es el único medio de comunicación, en otros momentos bastaba solo con el lenguaje verbal, más sin embargo es un reto cada día aprender a identificar la necesidad de la comunidad, el grupo y del sujeto y comprender con el paso del tiempo que la transformación del sujeto hace eco en lo grupal no solo a nivel académico sino también a nivel familiar y social, es ahí cuando la labor del trabajo social toma peso y significado.

El compromiso con la labor permitió que se lograran hacer como mínimo 2 actividades diarias en el grupo donde se estuviera trabajando Semillitas, los cuales son estudiantes de un nivel cognitivo bajo por lo tanto requieren que el personal de apoyo que se encuentre con ellos ya sea practicante o docente esté en la capacidad de acompañar y apoyar de manera casi que personalizada el proceso, académico y social que se esté llevando a cabo, el objetivo principal en este segmento de la población se basaba en observar qué habilidades sociales básicas tenían los estudiantes y apoyar su progreso, para esto se contó con el amparo de los docentes a cargo, los cuales sirvieron como guía y permitieron que se trabajara de manera libre con esta población, facilitando el espacio, conocimientos y materiales necesarios, como guías, colores, pinturas, entre otros, grupo poblacional aproximadamente 30 actividades en 15 días, enfocadas en actividades sociales, una reforzaba a la otra diariamente ya que es de aclarar que estos estudiantes no guardan información nueva con facilidad y todo el tiempo se debe de reforzar conocimientos, haciendo todo lo posible para implantar saberes, este ejercicio de apoyo y mejoramiento trajo consigo que de 12 estudiantes por lo menos dos lograran avanzar del estado de semillitas a escaladores, otro grupo poblacional de la institución con el que se trabajaron distintas habilidades motoras, sociales y comunicativas de igual manera se realizaban un promedio de dos actividades diarias en un lapso de dos semanas, estos estudiantes presentan una mejor comprensión del lenguaje por lo se facilitaba un poco más la labor, se realizaron ejercicios de roles donde se pedían a los estudiantes saludar, dar las gracias,

despedirse, pedir permiso, entre otros, modales básicos que les permitieran ser cada día más funcionales en sociedad, también se llevaron a cabo actividades con fichas buscando que sean más ágiles a nivel motor, en este caso se reforzaba la motricidad fina, habilidad para el desarrollo de la independencia.

Por último, se trabajó con el grupo de pensantes, este representa para la Fundación 21 los estudiantes más avanzados a nivel cognitivo y social, el apoyo que se llevó a cabo durante el periodo de práctica consistía en acompañar el plan de actividades de la institución y reforzarlo y transversalizar con el trabajo social con ejercicios de comunicación, para esto se realizaron aproximadamente dos actividades por día durante por dos semanas.

Es de aclarar que se llevaban a cabo un aproximado de 30 actividades por cada dos semanas que se trabaja, los ejercicios se encontraban enfocados en el mejoramiento de habilidades motoras, sociales y comunicativas, buscando que los participantes logran expresar sus emociones y sentimientos de la manera más clara y tranquila posible, y que fueran capaz de resolver conflictos a través del diálogo propiamente dicho y de las distintas maneras de comunicación,

Se trabajó en las dos sedes de la fundación proyecto 21, para un total de 60 estudiantes aproximadamente y con una rotación por mesa o curso quincenal de los cuales se pedían informes individuales respectivamente cada dos semanas, función que se cumplió a cabalidad, con un total de 5 informes, sin embargo es de puntualizar lo complejo que es realizar informes de avances en los estudiantes dadas las condiciones cognitivas, que más que avanzar en sus procesos académicos o sociales lo que se busca es reforzar lo aprendido e ir poco a poco implementando más conocimiento, pero la falta de permanencia en un grupo puede provocar que el avance no sea muy notorio y en ocasiones inexistente.

Los objetivos de la labor de práctica fueron cumplidos a cabalidad según lo propuesto, se contó con el apoyo necesario de directivos y docentes por lo que se logra evidenciar el compromiso que se tiene para con los estudiantes.

Durante este periodo de práctica II, se puede decir que se han notado cambios frente al tema de interés del proyecto de intervención, el cual se enfoca en una alimentación saludable para los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21.

Después de ese primer encuentro en la reunión con padres de familia y cuidadores, el pasado 22 de febrero/24, donde se les informó que se iniciaría un proyecto sobre alimentación saludable, desde trabajo social con las y los estudiantes de la fundación Proyecto 21, se les envía a todos los

padres de familia y cuidadores una infografía sobre alimentación saludable y algunas recomendaciones generales, sin particularidades, ya que dicha información se da por medio de la investigación del tema de alimentación saludable, a lo cual su respuesta fue de manera positiva, porque el resultado de esto ya se logra observar en las loncheras de los y las estudiantes de la fundación, sus alimentos en la mayoría, no todos los casos, ha tenido un cambio notable, no se les está proporcionando tantos productos ultra procesados o azucarados, como dulces y mecato, se ha implementado el cambio de gaseosas por jugos naturales y en algunos casos agua.

Posteriormente, de tres talleres propuestos, se han logrado llevar a cabo dos con los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21, con una respuesta asertiva por parte de ellos, ya que se ha percibido el interés en aprender sobre el tema, y la capacidad de entendimiento frente al contenido, reconocen y recuerdan qué tipo de alimentos son saludables y cuales no lo son, a pesar de que en ocasiones admiten que prefieren alimentos que no son saludables, aceptan que pueden cambiar sus hábitos frente a la alimentación, para esto se han elaborado carteleras, banderines, sopas de letras, dibujos y finalmente colorearlos.

Asimismo, la intervención por parte de los practicantes de la carrera de psicología Yeira Linney Muñoz Sepúlveda, Kelly Johana Agudelo y Mateo Uribe De Los Ríos de la fundación, en mi crecimiento profesional ha sido permanente y de gran ayuda, puesto que juntos como equipo de trabajo, hemos complementado nuestros conocimientos e información que se ha ido recolectando, siempre con el objetivo de dejar una idea concreta y crear consciencia sobre la importancia de llevar una vida y alimentación saludable y de esta manera, se ha logrado complementar también mi saber cómo practicante de Trabajo Social.

Este proceso colaborativo interdisciplinario está ilustrado en la Figura 11.

Por otro lado, el componente familiar es de gran importancia según el plan de prácticas, con respecto a esto se puede decir que se logró algunos acercamiento con las familias, no solo con un enfoque en el tema del proyecto de intervención sino también en otro tipo de contexto, en primer lugar durante la primera reunión con padres de familia y cuidadores de los y las estudiantes de la Fundación Proyecto 21, en la cual me pude presentar y dar a conocer el proyecto de intervención que se desarrollaría, y el segundo acercamiento fue durante citaciones a padres de familia por el caso particular de uno de los estudiantes, en las cuales pude acompañar y apoyar de manera activa, escuchando, observando e interviniendo, teniendo presente que mi posición siempre estaría a favor del bienestar del estudiante en cuestión, después de esto se realizó un informe en el cual se redactó

los seguimientos que se le estaban haciendo al estudiante, antes de la citación y también se escribe sobre el encuentro, el informe pertenece a los archivos confidenciales de la Fundación Proyecto 21, por lo que no se podrá anexar a este trabajo escrito. El relacionamiento con las familias y cuidadores y la importancia del componente familiar continuará con una serie de reuniones individuales por familia en el periodo de práctica III.

Durante el periodo de práctica III, se puede decir que es evidente los cambios que se han logrado, frente al tema de interés del proyecto de intervención, el cual se enfoca en una alimentación saludable para los y las estudiantes con discapacidad cognitiva de la fundación Proyecto 21.

Inicialmente el día 05 de Julio, del año 2024, se lleva un invitado de nutrición y dietética de la Universidad de Antioquia, quien se encarga de brindar una charla para los padres de familia, la reunión fue un éxito, se resolvieron dudas, José Giraldo el nutricionista, fue muy puntual en cada una de las recomendaciones, se resolvieron inquietudes, se aprendió de temas de la alimentación que muchos desconocían, y sugirió ciertos cambios que se debían tener en cuenta para la alimentación de los y las estudiantes de la fundación proyecto 21 y sus familias, los padres de familia y acudientes fueron muy receptivos frente al tema, se mostraron interesados en aprender y contar las experiencias con su alimentación en casa, a pesar de que la asistencia no fue la esperada, los pocos padres que participaron se fueron contentos, con nuevos conocimientos y con inquietudes resueltas.

Es gratificante saber que después de todo el esfuerzo que se tuvo que hacer para que la asistencia de José Giraldo fuera posible, la reunión y el fin de la reunión fueron productivos y llenos de nuevos conocimientos y aprendizajes, tanto para los padres de familia y cuidadores, como para los directivos de la fundación Proyecto 21.

Por otro lado, durante el periodo de la práctica, se han desarrollado diferentes actividades con los estudiantes de la fundación, implementando con los grupos de estudiantes, ejercicios pedagógicos, con los cuales desde una mirada crítica como trabajadora social he logrado observar participativamente cada una de sus particularidades, y así buscar potenciar sus capacidades individuales y colectivas por medio del apoyo y acompañamiento, para mejorar y satisfacer sus necesidades.

Asimismo, he logrado vivenciar situaciones que me permiten ampliar mi saber frente a la intervención social que es pertinente realizar en instituciones que trabajan por la inclusión, como

lo es el acompañamiento permanente de los estudiantes y la indagación de sus sentires frente a las diferentes situaciones de la vida y el cómo sortean estas desde sus herramientas emocionales, cognitivas y sociales.

Además, se realizan seguimientos de cada alumno de manera quincenal, para las entidades que tienen convenio con la fundación, es decir, para Comfama y Comfenalco.

Estos seguimientos se trata de los avances o retrocesos en sus aprendizajes, todas las actividades que se llevan a cabo se transversalizan con las matemáticas, el lenguaje, las artes plásticas y las clases deportivas, de esta manera es como se puede lograr identificar todo aquello que se busca conocer, sobre sus relacionamientos en la institución y fuera de ella, mediante tareas de prevención, atención, gestión, orientación, mediación, apoyo y dinamización social, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas y los grupos.

Posteriormente se comenzó a trabajar con las familias de manera particular, con la realización de entrevistas donde el objetivo de estas es: Indagar por medio de la entrevista, las dinámicas familiares, el entorno social y el papel de la alimentación saludable de los estudiantes de la fundación Proyecto 21, se logró llevar a cabo 25 entrevistas de 30 que se esperaban, ya que el desarrollo de las mismas dependía de la disponibilidad y la disposición de los familiares y acudientes de los estudiantes, en el Anexo 4, se puede observar la guía de entrevista utilizada.

Durante las entrevistas que se han realizado se puede observar, que en general las dinámicas familiares son buenas, son sanas y son adecuadas para el bienestar de cada uno de los estudiantes, conviven en lugares apropiados y con personas que velan por su cuidado integral, hasta ahora no se han percibido amenazas y signos de alarma que estén afectado la integridad y el bienestar de los estudiantes; además de esto se puede decir que, cuando se habla de alimentación y de la ausencia de algunos alimentos saludables para algunos chicos, especialmente en los chicos con síndrome de Down, varias familias coinciden en que es el tema de las texturas lo que impide que algunos de estos chicos consuman ciertos alimentos saludables, como algunas frutas y alimentos blandos.

Por otro lado se tenía programada una reunión con padres de familia, donde se conversaría sobre diferentes temas de la familia, desde el trabajo social y psicología, finalmente la reunión no se pudo realizar con los padres de familia, lo cual se convirtió en la segunda reunión pedagógica o jornada pedagógica (la primera se realizó el día 30 de agosto), el pasado 20 de septiembre, durante la reunión pedagógica se dieron diferentes temas en los cuales hubo participación e intervención frente a ciertos casos desde la posición del trabajo social, además se preparó una introducción que

iba ser brindada a los padres de familia para también hablar un poco de las observaciones generales de las entrevistas antes descritas, aunque no se pudo exponer estos temas delante de los padres de familia, se mostraron a los directivos de la fundación, lo cual consistía en:

La familia como principal educador de personas, es esencial para la vida de un niño, ya que es aquí donde él puede construir su personalidad y ve los primeros ejemplos para actuar ante una comunidad. Es así que, la familia se convierte en un eje fundamental de la sociedad en la formación del ser humano como ser individual y social, por esta razón es indispensable que en cada una de ellas haya una educación fundamentada en el respeto y el amor, para disfrutar mañana de personas con una autonomía sólida, con gran amor por los demás, para que puedan convivir pacíficamente y generar una sociedad mejor.

La familia es el primer grupo social al que pertenecemos. Cada familia está hecha por un tejido de afectos, valores y sentimientos. En todas las formas de cultura, la familia fue y es el pilar de formación de la sociedad.

Actualmente la familia no solo puede entenderse desde el aspecto tradicional (mamá, papá e hijos) sino que también puede estar constituida por uno de los padres y los hijos, uno de los padres y otros familiares, hijos a cargo de otros adultos (incluso no familiares) Sus funciones específicas son: Dar afecto, cuidar y educar a sus hijos. Es la primera fuente de estímulo para los niños. Los papás regulan las demandas de alimento, afecto, protección y seguridad. Los niños demandan la satisfacción de sus deseos. Es el espacio donde los niños pasan de la dependencia infantil a la independencia y vida adulta. Para facilitar esto, la familia crea el ámbito de contención, ayudándolo a aprender a cuidarse, tener confianza en sí mismo, ser capaz de tomar decisiones y de aceptar o rechazar influencias ajenas.

A lo largo de la vida, las familias atraviesan distintos tipos de crisis que según las características de las mismas las podemos clasificar en crisis.

- Llamamos crisis evolutivas a aquellos cambios esperables por los cuales atraviesan la mayoría de las personas. Dichos cambios requieren un tiempo de adaptación para enfrentar nuevos desafíos, que forman parte del desarrollo de la vida normal.
- Llamamos crisis inesperadas a aquellas que sobrevienen bruscamente, que no están en la línea evolutiva habitual (muerte temprana de un padre, pérdida del empleo, exilio forzoso, etc)

Para concluir, es importante resaltar la disposición que la fundación Proyecto 21 tiene al momento de permitir desempeñar mi labor como practicante de Trabajo Social, facilitando de forma ágil y permanente instrumentos que aportan a mi intervención, situación que me motiva como profesional y empuja mi eficacia al momento de realizar las diferentes actividades desde un enfoque social y académico respectivamente, buscando siempre potencializar las capacidades diversas y por ende individuales de cada sujeto con el que interactúe de forma personalizada y colectiva.

El impacto generado es una construcción bidireccional, dado que, mi realidad se ve transformada de manera positiva, me nutro de lo que los estudiantes me aportan como seres que viven la vida desde otras perspectivas y afanes y ellos a su vez aprenden de mis conocimientos no solo académicos sino de aquello que se encuentra a nivel implícito en mi personalidad, aptitudes que he descubierto y por ende he ido desarrollando con el paso de los días, como lo es el amor y la pasión que encuentro en el quehacer profesional.

Todo este tipo de cambios y de avances es lo que desde el trabajo social se ha estado aplicando en pro de todas estas personas con capacidades diferentes, que son personas con facultades como todos y darles a conocer que la discapacidad no es una barrera para poder aprender y aplicar diferentes temáticas y conductas.

El cierre del proyecto de intervención se presenta en la Figura 9 y 10.

Figura 1

Evidencia de acompañamiento pedagógico con los estudiantes

**Figura 2**

Evidencia de acompañamiento pedagógico con los estudiantes



Figura 3

Evidencia de primer acercamiento en reunión con padres de familia

**Figura 4**

Evidencia de la primera intervención en reunión con padres de familia



Figura 5

Difusión – Infografía sobre alimentación saludable para los padres de familia



Figura 6

Actividades realizadas con los estudiantes de la fundación Proyecto 21, enfocadas en el proyecto de intervención



Figura 7

Actividades realizadas con los estudiantes de la fundación Proyecto 21, enfocadas en el proyecto de intervención



Figura 8

Evidencia de reunión de padres de familia y acudientes, sobre alimentación saludable con profesional en nutrición y dietética de la Universidad de Antioquia

**Figura 9**

Evidencia de cierre del proyecto de intervención



Figura 10

Evidencia de cierre del proyecto de intervención

**Figura 11**

Evidencia de trabajo interdisciplinario con practicantes de psicología



Figura 12

Reunión pedagógica con equipo de trabajo de la Fundación Proyecto 21



12. Análisis de la experiencia

Mi experiencia en la Fundación Proyecto 21 refleja la integración de un enfoque sistémico y del construccionismo social, donde la realidad se construye a partir de las interacciones humanas, durante este proceso, pude reconocer que las necesidades específicas de los estudiantes con discapacidad cognitiva están íntimamente ligadas a las dinámicas familiares, sociales y educativas, la intervención no solo se enfocó en los niños y jóvenes de la fundación, sino que también buscó involucrar activamente a sus familias, entendiendo la importancia de su participación en el proceso de desarrollo integral.

El trabajo interdisciplinario fue clave para abordar las múltiples dimensiones de esta realidad, contar con el apoyo de profesionales en nutrición y psicología enriqueció mi intervención, permitiéndome abordar problemáticas de forma más completa.

En este contexto, uno de los proyectos más significativos fue la promoción de una alimentación saludable, la observación participante me permitió identificar un problema relevante: el consumo excesivo de azúcar y alimentos ultra procesados, lo que impactaba en el comportamiento y la capacidad de concentración de los estudiantes, la implementación de talleres y reuniones con familias y cuidadores buscó generar conciencia sobre la importancia de una dieta adecuada, generando pequeños cambios positivos en las loncheras de los estudiantes.

Sin embargo, no todo el proceso estuvo exento de desafíos, la participación irregular de las familias fue uno de los mayores obstáculos, ya que algunos mostraron mayor disposición que otras para asistir a las reuniones y actividades, esta realidad me permitió comprender la complejidad del trabajo social, en el que la participación de los beneficiarios y sus familias no siempre es constante, a pesar de estas dificultades, fue gratificante trabajar con las familias que sí se involucraron, generando espacios de diálogo productivo en los que se compartieron inquietudes y se ofrecieron soluciones prácticas.

Esta experiencia también tuvo un impacto significativo en mi desarrollo personal y profesional, a través del contacto diario con los estudiantes, pude nutrirme de sus perspectivas, aprender de sus desafíos y desarrollar competencias como la empatía, la paciencia y la capacidad de adaptación, esta interacción bidireccional fue una oportunidad para descubrir mi pasión por el trabajo social y fortalecer mis habilidades para la intervención, cada día me enfrenté a situaciones

que me permitieron ampliar mi comprensión de la inclusión y el acompañamiento social, validando el poder transformador de estas prácticas en la vida de las personas con discapacidad.

En conclusión, esta práctica profesional fue un proceso enriquecedor en el que logré avances importantes en la promoción de hábitos saludables y en la creación de vínculos significativos con los estudiantes y sus familias, la intervención en la Fundación Proyecto 21 reafirmó la importancia del trabajo interdisciplinario y del enfoque integral en la promoción del bienestar, a pesar de los desafíos, esta experiencia me dejó la convicción de que el trabajo social tiene el poder de transformar realidades, no solo para los beneficiarios sino también para quienes asumen este compromiso con amor y dedicación.

13. Consideraciones Éticas

Durante mi intervención en la Fundación Proyecto 21, se abordaron aspectos éticos fundamentales que orientaron cada una de las acciones y decisiones tomadas en el proceso, el respeto por la dignidad, la privacidad y el bienestar de los estudiantes y sus familias fue una prioridad constante, asegurando que la intervención se realizará de manera cuidadosa y con sensibilidad a las necesidades específicas de la población con discapacidad cognitiva.

Uno de los principios éticos más importantes fue el de confidencialidad, la información personal recopilada a través de entrevistas y observaciones fue tratada con la mayor discreción y únicamente con fines de intervención. En todo momento, se garantizó que los datos obtenidos no fueron divulgados sin el consentimiento previo de los involucrados, preservando su privacidad e intimidad.

Otro aspecto clave fue el respeto a la autonomía de los estudiantes y sus familias; si bien la intervención buscaba generar cambios en los hábitos alimenticios y mejorar su bienestar, fue fundamental respetar las decisiones y ritmos de cada familia y persona, la intención no fue imponer soluciones, sino ofrecer herramientas y alternativas que facilitaran su desarrollo, promoviendo su participación en la construcción de soluciones adaptadas a su contexto.

El trabajo interdisciplinario también exigió un alto compromiso.

Asimismo, la intervención se desarrolló con sensibilidad cultural y social, dado que la población de la Fundación Proyecto 21 pertenece a contextos socioeconómicos diversos, fue fundamental evitar juicios o prácticas discriminatorias.

Las reuniones grupales y entrevistas se diseñan para crear espacios seguros donde los estudiantes, padres y cuidadores puedan expresar sus inquietudes libremente, fomentando el respeto mutuo y la inclusión de diferentes perspectivas.

Finalmente, el enfoque ético se centró en el compromiso con el bienestar colectivo, la intervención no solo buscó mejoras individuales en los estudiantes, sino también el fortalecimiento de la red de apoyo familiar y comunitario, considerando la importancia del entorno para el desarrollo integral de las personas con discapacidad cognitiva. Se promovieron prácticas de inclusión y autonomía, recordando que el objetivo del trabajo social es contribuir a la construcción de una sociedad más equitativa y consciente de las necesidades de todos sus miembros.

Referencias

- Acevedo, J., Castro Saucedo, L., & De León, C. (2018). Modelo de intervención social constructorista: Rumbo a la cuarta generación de intervenciones. En: *Retos y desafíos del trabajo social en el Siglo XXI: Una perspectiva internacional comparada México-España*. (P. 52-72). <https://doi.org/10.2307/j.ctvf3w4vg.7>
- Alves, C., & Sansano, A. (2017). *Hábitos alimentarios, claves para una nutrición saludable para familiar y personas con DID*. <https://www.dincat.cat/wp-content/uploads/2021/12/H%C3%A1bitos-alimentarios-ESP.pdf>
- Blasco López, G., Romero Valdés, L., Bolado García, V., Ramírez González, I., & Rivera Barragán, M. (2020). Alimentación en estudiantes con discapacidad. *Horizonte sanitario*, 19(3), p. 311-323. <https://doi.org/10.19136/hs.a19n3.3653>
- Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad. (2016). *Alimentación en personas con discapacidad intelectual y con autismo*. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/conadis/articulos/alimentacion-en-personas-con-discapacidad-intelectual-y-con-autismo>
- Herrera, M. (2010). *ABC del diagnóstico rápido participativo. Visión Consultores para la Gestión y el Desarrollo Social y Organizacional*. https://www.academia.edu/26928675/ABC_DEL_DIAGNOSTICO_RAPIDO_PARTICIPATIVO
- Londoño Botero, C., Morey Botero, M., Molina Ossa, M., & Laserna Lopera, S. (2014). *Proyecto de desarrollo: Promoción de prácticas alimentarias en padres de familia para el desarrollo de hábitos alimenticios saludables en niños de 0 a 6 años*. Universidad CES, Psicología, Medellín. Universidad CES. https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/516/proyecto_alimentando_consentido.pdf?sequence=2
- Martínez García, R., Jiménez Ortega, A., López Sobaler, A., & Ortega, R. (2018). Estrategias nutricionales que mejoran la función cognitiva. *Nutrición Hospitalaria*, 35 (6), p. 16-19. <https://doi.org/10.20960/nh.2281>
- Ministerio de Educación. (2007). *Altablero, #42: Educación para todos*. Mineducación. Prosperidad para todos. <https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-141881.html>
- Ministerio de Salud. (s.f.). *¿Qué es una alimentación saludable?* Colombia potencia de la vida. <https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/que-es-alimentacion-saludable.aspx>
- Revista UNIR. (2020). *Discapacidad cognitiva en el aula: Tipos, signos y necesidades educativas especiales*. <https://www.unir.net/educacion/revista/discapacidad-cognitiva/>
- Rolland, J. (2000). *Familias, enfermedad y discapacidad: Una propuesta desde la terapia sistémica*. Editorial Gedisa.
- San Mauro, I., García de Angulo, B., Onrubia, J., Pina, D., Fortúnez, E., Villacorta, P., Sanz, C., Galdine, P., Bonilla, M. Á., & Garicano Vilar, E. (2016). Nutrición y actividad física en

personas con discapacidad intelectual. *Revista Chilena de Nutrición*, 43 (3), p. 263-270.
<https://www.redalyc.org/pdf/469/46947432005.pdf>

Tecglen, C. (2024). Discapacidad cognitiva. *Discapnet.es*.
<https://www.discalpnet.es/discapacidad/tipos-de-discapacidad/discapacidad-cognitiva>

Zambrano, D., & Barreiro, L. (2020). *Trabajo social y discapacidad: Intervención desde el departamento de calificación del Ministerio de Salud Pública*. *Revistas UNCP*.
<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/573/903>

Anexos

Anexo 1



PLAN DE PRACTICAS

ACADEMICAS I (SOLIDARIA) DE

TRABAJO SOCIAL

FUNDACIÓN PROYECTO 21

PRACTICANTE

PAULA ANDREA GÓMEZ CHALARCA

ASESORA ACADÉMICA

LUZ MIRIAM AGUDELO GIL

ACOMPañANTE INSTITUCIONAL

FREDDY A. JARAMILLO MEDINA

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

MEDELLÍN, ANTIOQUIA

2024

Periodo de practica I solidaria.

Inicio de practica: 24 de julio del 2023.

Finalización de practica: 24 de noviembre del 2023.

Datos referenciales de las practicas:

La fundación Proyecto 21 en la propuesta dirigida para los y las practicantes de Trabajo Social de la Universidad de Antioquia, tiene como objetivo el apoyar los procesos de aprendizaje de los jóvenes, niñas y niños, que hacen parte de la institución, partiendo de la estimulación de habilidades cognitivas y sociales como parte fundamental de la rehabilitación integral.

En la fundación Proyecto 21, se realizan actividades donde se fomente el desarrollo de capacidades que aportan a la evolución individual, familiar y social respectivamente de la comunidad a la cual se va acompañar, las habilidades cognitivas, comunicativas, lingüísticas y motrices son ese pilar para el buen desarrollo de las competencias de las y los estudiantes de la fundación, en este caso se trabajará la comunicativa, la cual se aborda desde un ámbito pedagógico y social, donde los participantes logran comprender con mayor claridad la importancia del comunicar no solo sus conocimientos académicos sino también el valor que posee el dar a conocer sus emociones, pensamientos, sentires y gustos, primando siempre al ser y a sus estados como eje primordial de una sociedad que se encuentra en constante transformación.

Horarios para la práctica:

La práctica I Solidaria cuenta con una intensidad de 21 horas semanales, la modalidad será presencial y se llevará a cabo en las dos sedes de la fundación Proyecto 21, una está ubicada de la ciudad de Medellín y la otra en el municipio de Bello.

El siguiente plan de actividades se aplicará de manera regular semanalmente, en este constan las tareas que se deben llevar a cabo para potenciar habilidades y capacidades de cada una de las personas que hacen parte de la fundación, buscando que por medio del acompañamiento consciente y profesional amparado por la formación académica en Trabajo Social, se alcancen uno de los objetivos propuestos por esta disciplina, el cual propone la fomentación de la igualdad, la participación e inclusión de todos los miembros que componen la sociedad.

Durante los 4 meses de la práctica profesional de Trabajo Social se van a implementar diferentes técnicas y actividades con la población de niños, niñas y jóvenes con capacidades diversas de la Fundación proyecto 21, por medio de talleres, actividades pedagógicas orientadas hacia la

potenciación de sus capacidades apoyando de manera constante a los estudiantes para que estos desarrollen sus competencias y se den cuenta que son sujetos sociales capaces de avanzar en el aprendizaje y el relacionamiento con el entorno social, se fomentaran espacios para el desarrollo de actividades como: manualidades, ejercicios físicos, actividades creativas, entre otras, todo esto con el fin de que los estudiantes de la fundación tengan un proceso progresivo en su formación. También se realizarán informes dando cuenta del proceso de la práctica I (Solidarias), se llevará a cabo durante estos meses, la entrega de trabajos académicos, en el mes de septiembre se asistirá a los seminarios de prácticas durante tres miércoles en horario intensivo de 8 de la mañana a 5 de la tarde y finalmente se realizarán seguimientos de los estudiantes donde se dé cuenta del avance o retroceso de los estudiantes.

Actividades	Días	Frecuencia
Caracterizaciones.	Lunes y martes.	Una vez por grupo.
Acompañamientos en actividades académicas.	Lunes, miércoles y jueves.	Durante todo el tiempo de la práctica solidaria.
Talleres reflexivos.	Jueves.	Durante todo el tiempo de la práctica solidaria.
Reuniones pedagógicas de practicantes y docentes.	El día que se programe.	Por demanda explícita de los directivos del centro de práctica.
Fomentación de entornos saludables (actividades creativas)	Miércoles.	Durante todo el tiempo de la práctica solidaria.
Actividades institucionales grupales enfocadas en el desarrollo social.	Martes.	Durante todo el tiempo de la práctica solidaria.
Elaboración de seguimientos de los estudiantes	Viernes.	Cada dos semanas respectivamente
Seminario de practicas	Miércoles.	En el mes de septiembre, durante tres miércoles.

ANEXOS:

A continuación, el cronograma semanal de actividades que se lleva a cabo por la fundación Proyecto 21, expuesto solo como referente.

CRONOGRAMA SEMANAL DE ACTIVIDADES

Día	Actividades	Horas de actividad	Total, de horas
Lunes	<p>Actividades para el desarrollo de habilidades motrices</p> <p>Esto implica:</p> <p>Actividad física y deportiva.</p> <p>Pintura.</p> <p>Manualidades.</p> <p>Baile, coreografías.</p> <p>Ejercicios de manos, grafomotricidad, lúdicas que impliquen movimiento y participación de todos.</p> <p>Juegos divertidos que impliquen movimiento corporal y generar algunas sanas competencias entre ellos.</p> <p>Actividad especial de higiene oral a cargo de la profesional Melina Isabel.</p> <p>Las actividades deben transversalizar en lo posible las matemáticas</p>	<p>Dos tiempos de hora y media aparte de la actividad física de una hora con profe del INDER</p> <p>Dos descansos de media hora en compañía de la docente a cargo</p>	Cinco horas.

	<p>y algo de lecto escritura y cuando no haya actividad física del INDER, trabajar matemáticas y lectoescritura según el nivel de desarrollo cognitivo del grupo.</p> <p>Todos deben hacer parte de la actividad del INDER y la docente debe estar presente con todos los integrantes.</p>		
Martes	<p>Actividades para el desarrollo de habilidades comunicativas y lingüísticas</p> <p>Esto implica:</p> <p>Actividades de pronunciación o articulación de palabras.</p> <p>Ejercicios de respiración.</p> <p>Ejercicios de soplo.</p> <p>Ejercicios de praxias.</p> <p>Ejercicios de articulación.</p> <p>juegos de roles.</p> <p>Lúdicas relacionadas con comunicación.</p> <p>Expresión corporal.</p>	<p>Dos tiempos de hora y media aparte de la actividad física de una hora con profe del INDER</p> <p>Dos descansos de media hora en compañía de la docente a cargo</p>	Cinco horas

	<p>Expresión verbal.</p> <p>Expresión no verbal.</p> <p>Ejercicios de percepción visual.</p> <p>Ejercicios de percepción auditiva.</p> <p>Atención.</p> <p>Memoria de trabajo.</p> <p>Las actividades deben transversalizar en lo posible las matemáticas y algo de lecto escritura y cuando no haya actividad física del INDER, trabajar matemáticas y lectoescritura según el nivel de desarrollo cognitivo del grupo.</p>		
<p>Miércoles</p>	<p>Actividades para el desarrollo de habilidades sociales y adaptativas</p> <p>Esto implica:</p> <p>Ejercicios de normas de cortesía.</p> <p>Roles donde se identifiquen las diferentes actividades realizamos a diario.</p>	<p>Dos tiempos de hora y media aparte de la actividad física de una hora con profe del INDER</p> <p>Dos descansos de media hora en compañía de la docente a cargo</p>	<p>Cinco horas.</p>

	<p>Conocimiento del dinero con hora con profe ejercicios reales de compra y venta y conocimiento de las diferentes nominaciones de monedas y billetes.</p> <p>Juegos divertidos que impliquen de media hora interacción y participación de todos.</p> <p>Generar algunas sanas competencias entre ellos.</p> <p>Actividad especial de higiene oral a cargo de la profesional Melina Isabel.</p> <p>Las actividades deben transversalizar en lo posible las matemáticas y algo de lecto escritura y cuando no haya actividad física del INDER, trabajar matemáticas y lectoescritura según el nivel de desarrollo cognitivo del grupo.</p>		
<p>Jueves</p>	<p>Actividades para el desarrollo de las matemáticas y la lectoescritura</p> <p>Esto implica:</p>	<p>Dos tiempos de hora y media aparte de la actividad física de una hora con profe del INDER</p>	<p>Cinco horas.</p>

	<p>Trabajar razonamiento matemático.</p> <p>Lógica matemática.</p> <p>Ejercicios de percepción visual.</p> <p>Percepción auditiva.</p> <p>Memoria de trabajo.</p> <p>Atención.</p> <p>Lúdicas relacionadas.</p> <p>Juegos divertidos que impliquen generar algunas sanas competencias de media hora entre ellos.</p> <p>Películas relacionadas con las temáticas trabajadas para reforzar su aprendizaje.</p> <p>En cuanto a la lecto escritura, tener presente:</p> <p>La hora del cuento: narración, videos.</p> <p>Construcción con la participación de todas, representaciones.</p> <p>Dibujos, coloreo.</p> <p>Tener presente si necesita refuerzo en casa, si debe llevar tareas para fin de semana.</p>	<p>Dos descansos de media hora en compañía de la docente a cargo</p>	
--	--	--	--

El centro de práctica le otorga a cada uno de los practicantes una habilidad en la cual se debe focalizar su labor, en cuanto a la realización de tareas con los jóvenes y niños de la fundación Proyecto 21, en este caso se trabajarán las habilidades comunicativas, sin embargo, siempre se podrá transversalizar las actividades con el resto de las habilidades: cognitivas, lingüísticas y motrices.

Se anexa un plan guía de trabajo, del cual se pueden tomar algunos ejemplos y bases para el quehacer dentro de la fundación.

GUIA DE PLAN DE TRABAJO PARA EJECUTAR LAS HABILIDADES COMUNICATIVAS.

Esta es una orientación clara para que tú te proyectes, desarrollando, habilidades comunicativas con nuestros niños y niñas. De la institución. Debes llevar a cabo un plan de trabajo para que se faciliten tu desempeño.

Siempre debes dejar evidencia de lo que se realizó en el cuaderno de taller de lenguaje o en el de matemática. Las habilidades comunicativas son las capacidades lingüísticas que se adquieren a lo largo de la vida y que permiten comunicarse correctamente, expresar los sentimientos, deseos, etc

Escuchar, Hablar, leer y escribir son habilidades comunicativas en niños que permiten el normal proceso de comunicación con nuestros semejantes. Es un proceso largo que comienza en la infancia, desde el nacimiento, en el seno familiar y se enriquece en el aula interactuando con otros compañeros.

Tipos de habilidades comunicativas

Las habilidades comunicativas están organizadas en cuatro unidades de aprendizaje, que son responsables del desarrollo de las habilidades, destrezas y actitudes comunicativas, mediante las cuales se alcanza a establecer las relaciones interpersonales, de manera fluida y confiable.

Esto, con la finalidad de utilizar los recursos y técnicas del lenguaje oral y escrito, que conlleve a incrementar su comprensión crítica y propositiva de la realidad, aplicando estrategias de lectura, escritura, escucha y habla.

Para llevar a cabo un proceso de aprendizaje significativo y autónomo, se deben desarrollar las competencias de los tipos de habilidades comunicativas

Estos contienen las premisas necesarias, para que se interrelacionen las cuatro habilidades básicas del lenguaje: Habla, escucha, lectura y escritura. Esto les permitirá a los estudiantes diseñar

con éxito esquemas, escribir cualquier tipo de texto y tener la oportunidad de poner en práctica su originalidad y creatividad.

Los 4 tipos de habilidades comunicativas básicas del lenguaje, en el proceso de comunicación son las siguientes:

- El Habla
- La escucha
- La lectura
- La escritura

Ejemplos de habilidades comunicativas

Algunos ejemplos de las habilidades comunicativas en el aula son:

El maestro da una clase verbal, sobre la historia de la de la creación. Esto es un ejemplo.

Durante el desarrollo de la misma, permite que los estudiantes formulen preguntas y deja que otros estudiantes participen en las respuestas, asignando un orden para contestar. Así se facilita que el debate sea fluido y no pierda el sentido, dando a todos la oportunidad de participar.

Otro ejemplo de las habilidades en la comunicación es que, durante el recreo un grupo de estudiantes de la institución, quieren jugar un partido de futsal.

Entre ellos necesitan que cada equipo se organice con un capitán, que indicará al resto de los integrantes del equipo de manera verbal y gesticulada, las acciones que se desarrollarán durante el juego.

Un buen ejemplo de las habilidades comunicativas de lectura-escritura, es cuando presentamos una prueba.

El maestro indica a los estudiantes que antes de comenzar el examen, deben leer muy bien las preguntas para que puedan razonar las respuestas y luego escribirlas.

Importancia de desarrollar las habilidades comunicativas en los niños

Todas las personas en el transcurso de la vida requieren comunicarse en diferentes ambientes, para realizar intercambios comerciales, expresar ideas, sentimientos y para dar a conocer lo que piensan sobre diferentes temas. Si una persona no se sabe comunicar con otros, no

va a poder recibir lo que desea, no va a poder cambiar aspectos que no le gustan y mucho menos va a poder acordar o planear estrategias grupales, para obtener metas deseadas.

Las habilidades comunicativas en los niños se deben empezar a desarrollar desde temprana edad, y si los niños tienen alguna discapacidad a cualquiera edad, para que así cuando lleguen a la edad adulta, no sea tan difícil dar a conocer lo que piensan o sienten. A continuación, vamos a nombrar algunas actividades y consejos para desarrollar las habilidades comunicativas.

8 actividades y consejos para desarrollar las *habilidades comunicativas en los niños*

5 actividades de habilidades comunicativas

1. Una actividad apropiada, para desarrollar las *habilidades comunicativas en los niños*, es proporcionarles un libro en donde haya varias historias. De esta manera cada uno debe narrar la historia que desee, describiendo los personajes, sucesos, lugares, entre otros aspectos importantes.
2. Cuando se tenga que tomar una decisión en familia, es apropiado permitir que los niños participen. Aunque en el momento no tengan la capacidad de solucionar diferentes problemas, van a ir desarrollando la capacidad de expresar lo que piensan y sienten, tanto a la familia, como a otras personas.
3. Es necesario demostrarles a los niños que son importantes y por ende que sus ideas también, esto con el objetivo que sean lo suficientemente seguros, para expresar siempre lo que sientan y piensan, sin tener temor de lo que digan los demás.
4. La comunicación se puede desarrollar en dos formas principales, la oral y la escrita. Para desarrollar las dos, es apropiado pedirles a los niños que una vez en la semana todo lo que quieran o necesiten, lo pidan por medio de la escritura.
5. La comunicación oral se puede reforzar por medio de la parte gestual. Esto se refiere a las señas o movimientos que las personas hacen cuando quieren transmitir un mensaje. Una buena actividad para fortalecer la parte gestual es escoger el nombre de una película o un personaje. Un miembro de la familia seleccionado se debe encargar de comunicar este nombre sin decir una palabra y sin escribir.

3 consejos para habilidades comunicativas:

1. Lo primero que se debe lograr para desarrollar las habilidades comunicativas en los niños, es que se genere un buen canal de comunicación entre los hijos y sus padres. Ya que, si un niño no se puede comunicar con sus padres, de seguro no lo va a poder hacer con los demás.
2. Un aspecto importante de este desarrollo es enseñarles a los niños el respeto por los demás, sobre todo por lo que piensan, ya que esto va a generar una comunicación apropiada, que dé como resultado cosas positivas.
3. Por último, para desarrollar las *habilidades comunicativas en los niños*, es apropiado crear entre varias personas un cuento. La idea es que todos aporten algo, para que la historia proporcione un mensaje interesante y llamativo.

Habilidades comunicativas en el aula

La ejecución de las habilidades comunicativas en el aula tiene diferentes aspectos en su propia estructura: El aspecto informativo y el relacional.

De este modo plantean las siguientes habilidades comunicativas a nivel general:

10 juegos y actividades que fomentan la comunicación

- Adivina el objeto ?
- Teléfono descompuesto 📞
- Exponer 👤
- Cuentacuentos con imágenes 🖼️
- Historia encadenada 🌀
- Adivinanzas actuadas 🗣️
- Diez preguntas 💬

- Carrera de obstáculos 

10 actividades y juegos para fomentar la buena comunicación, a partir de estos juegos puedes crear más formas de habilidades comunicativas.

Los padres saben que los niños son como esponjas: ¡absorben todo lo que ven y oyen! Los cuidadores pueden modelar habilidades positivas que ayuden a sus hijos a convertirse en comunicadores eficaces.

Realizar actividades y juegos divertidos con los niños es una gran forma de mostrarles habilidades comunicativas positivas.

1. Adivina el objeto

- Coloca un objeto en una bolsa y da pistas para ayudar a tu alumno a adivinar de qué se trata.
- Por ejemplo, si escondes una cuchara, puedes decir: “Es pequeña”. “Es plateada”. “Es un utensilio que utilizamos para comer”.
- Después de modelar cómo se juega, deja que tu alumno elija un objeto para esconderlo. Luego, ¡hazle preguntas hasta que lo adivine correctamente!

2. Teléfono descompuesto

¡Este es un juego clásico de la infancia! Lo mejor es jugar de 3 a 5 personas, así podrás hacer participar a toda la familia.

- Haz que todos se formen en una fila.
- Empieza con una frase fácil, como “La pelota es roja”.
- Susurra la frase al oído de tu hijo sin dejar que nadie más la escuche.
- Después, tu alumno debe susurrársela a la persona que tiene al lado.

- La última persona de la fila debe decir la frase en voz alta.

La mayoría de las veces cambia la frase original por otra mucho más divertida. Después de unas cuantas rondas, puedes hacer las frases cada vez más complejas.

3. Exponer

- Reúne a toda la familia para “exponer” un objeto.
- Cada miembro de la familia tiene que elegir un objeto favorito de su habitación.
- Uno de los adultos debe ir primero para dar ejemplo de cómo jugar.
- Durante la exposición, muestra tu objeto favorito y explica por qué te gusta tanto, dónde lo conseguiste y cómo funciona.
- Después de mostrar cómo jugar, deja tus alumnos se acerquen y expongan sus objetos.

Para que el juego sea un poco más gracioso, también se puede jugar con los objetos “menos favoritos” ... ¿irá tu alumno directamente por el brócoli o por su cepillo de dientes?

4. Cuentacuentos con imágenes

Esta es una actividad perfecta para enseñar a los niños nuevas palabras del vocabulario y cómo utilizarlas.

- Empieza con una foto y haz que tu alumno te cuente todo lo que ve. Por ejemplo, si es una foto de una granja, podría decir: granero, gato, granjero, cerdo, pasto, vaca.
- A continuación, pídele que invente una historia sobre lo que ve en la foto.
- Puedes ayudarlo diciéndole: “El granjero lleva comida a los animales del granero” o “El gato está triste porque tiene que compartir su comida con el cerdo”.

- Anima a tu alumno a divertirse y a soltar su imaginación.

Puedes hacer este juego más complejo dándole un grupo de imágenes que cuenten una historia. Pídele que ordene las imágenes para mostrar lo que ocurrió primero, lo que ocurre después y al final. A continuación, pídele que cuente la historia añadiendo sus propios detalles.

5. Historia encadenada

Este es un juego divertido que fomenta la creatividad y la rapidez mental.

- Siéntate en círculo con una pelota en mano.
- Empieza la historia diciendo algo como: “Érase una vez un bebé dinosaurio...”.
- A continuación, pasa la pelota a alguien nuevo y pídele que añada a la historia.
- Sigue pasando la pelota y añadiendo a la historia ¡hasta que llegue al final!

6. Adivinanzas actuadas

“Adivinanzas actuadas” es uno de los mejores juegos favoritos para jugar en familia y una gran forma de enseñar a los niños la comunicación no verbal.

- Escribe un montón de emociones diferentes y colócalas en un plato hondo.
- Si tus alumnos aún no saben leer, puedes dibujar las emociones (y ayudarle a actuar cuando sea su turno).
- Cada jugador debe escoger un trozo de papel del plato hondo y actuar lo que dice... ¡sin hablar!
- Luego, el resto de los jugadores deben adivinar de cuál emoción se trata.

7. Diez preguntas

Este juego ayuda a reforzar el pensamiento crítico de los niños y su capacidad para resolver problemas.

- Una persona debe pensar en un animal, pero no puede decirle a nadie cuál es.
- ¡Los demás jugadores tienen 10 oportunidades para hacer preguntas sobre el animal para averiguar y adivinar de cuál se trata!
- Por ejemplo, los jugadores pueden preguntar: “¿Tiene cola?”. “¿Vive en el océano?” “¿Tiene pelaje?”.

8. Carrera de obstáculos

Las carreras de obstáculos ayudan a los niños a reforzar su capacidad de escucha activa.

- Utiliza objetos domésticos como juguetes, zapatos, sillas, almohadas, etcétera, para crear una carrera de obstáculos.
- Para crear una carrera de obstáculos, necesitarás un punto de partida y una meta.
- Coloca los objetos domésticos entre estos dos puntos y da instrucciones como:
 - Salta sobre cada juguete.
 - Rodea el zapato.
 - Pasar por debajo de la silla.
 - Gira 3 veces en el hula hoop.
- Guía a tu hijo en su recorrido del circuito y, ¡no olvides celebrar cuando llegue a la meta!

9. Instrucciones exactas

¡Este juego seguro que retará y hará reír a tus alumnos, Es una gran forma de practicar una comunicación clara y eficaz!

- Diles a tus alumnos que quieres preparar un sándwich de crema de cacahuete y mermelada, y que necesitas que te diga cómo hacerlo.
- Pon todos los ingredientes que necesitas a la vista: pan, crema de cacahuete, mermelada, un cuchillo y un plato. Pueden ser ficticios, con pintura o coloreo.
- Haz la acción literal. Por ejemplo, si dice “pon la crema de cacahuete en el pan”, pon todo el bote de crema de cacahuete en el pan.
- Luego, pídele que te dé instrucciones más claras. Pueden decir “unta la mantequilla de cacahuete en el pan”. En este caso, ¡puede meter los dedos en el tarro y untarla en el pan con las manos!

Con el tiempo, tu alumno aprenderá a ser más específico. Seguro que reirán entre lágrimas de frustración con este divertidísimo, para ver la divertidísima experiencia de este papá jugando con sus hijos.

10. Juegos de rol

Los juegos de rol ayudan a estimular la creatividad y la imaginación.

- Deja volar tu imaginación y actúa como policías, bomberos, enfermeros, veterinarios, astronautas, etc. ¡Finge ser sirenas, cajeros de supermercado o incluso estrellas fugaces!
- Mientras juegas, comunica tus necesidades y pide ayuda. Por ejemplo, si juega a ser veterinario, pueden sostener una figura de caballo y pedirle a su hijo que le ayude a relajarse mientras usted le arregla la pezuña.

Las posibilidades son infinitas y verás cuánto disfruta tu pequeño jugar contigo.

Anexo2



PLAN DE PRACTICAS ACADEMICAS II DE TRABAJO SOCIAL

FUNDACIÓN PROYECTO 21

PRACTICANTE

PAULA ANDREA GÓMEZ CHALARCA

ASESORA ACADÉMICA

LUZ MIRIAM AGUDELO GIL

ACOMPañANTE INSTITUCIONAL

FREDDY A. JARAMILLO MEDINA

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

MEDELLÍN, ANTIOQUIA

2024

Periodo de practica II.

Inicio de practica: 05 de febrero del 2024.

Finalización de practica: 05 de junio del 2024.

Datos referenciales de las practicas:

La fundación Proyecto 21 en la propuesta dirigida para los y las practicantes de Trabajo Social de la Universidad de Antioquia, tiene como objetivo el apoyar los procesos de aprendizaje de los jóvenes, niñas y niños, que hacen parte de la institución, partiendo de la estimulación de habilidades cognitivas y sociales como parte fundamental de la rehabilitación integral, además de esto se acuerda para el nivel de la práctica profesional II y III de Trabajo Social, la importancia de involucrar el componente familiar.

En la fundación Proyecto 21, se realizan actividades donde se fomente el desarrollo de capacidades que aportan a la evolución individual, familiar y social respectivamente de la comunidad a la cual se va acompañar, las habilidades cognitivas, comunicativas, lingüísticas y motrices son ese pilar para el buen desarrollo de las competencias de las y los estudiantes de la fundación, en este caso se trabajará la comunicativa, la cual se aborda desde un ámbito pedagógico y social, donde los participantes logran comprender con mayor claridad la importancia del comunicar, no solo sus conocimientos académicos sino también el valor que posee el dar a conocer sus emociones, pensamientos, sentires y gustos, primando siempre al ser y a sus estados como eje primordial de una sociedad que se encuentra en constante transformación.

Horarios para la práctica:

La práctica II cuenta con una intensidad de 22 horas semanales, la modalidad será presencial y se llevará a cabo en una de las dos sedes de la fundación Proyecto 21, la cual está ubicada en la sede Centro de la ciudad de Medellín, debido a que en la fundación no se asiste los viernes, las horas que no se llevan a cabo de manera presencial, se realizarían autónomamente.

El siguiente plan de actividades se aplicará de manera regular semanalmente, en este constan las tareas que se deben llevar a cabo para potenciar habilidades y capacidades de cada

una de las personas que hacen parte de la fundación, buscando que por medio del acompañamiento consciente y profesional amparado por la formación académica en Trabajo Social, se alcancen uno de los objetivos propuestos por esta disciplina, el cual propone la fomentación de la igualdad, la participación e inclusión de todos los miembros que componen la sociedad.

Asimismo, se considera tener en cuenta el componente familiar, lo cual fue pactado en el acta de inicio de la práctica, la practicante de Trabajo Social se involucrará en los procesos familiares en los cuales sea pertinente su intervención; tanto acompañando procesos familiares donde se involucran los estudiantes, como en el desarrollo del proyecto de intervención, ya que, los directamente implicados en este tema son los padres de familia y cuidadores de los estudiantes.

Durante los 4 meses de la práctica profesional II de Trabajo Social se van a implementar diferentes técnicas y actividades con la población de niños, niñas y jóvenes con capacidades diversas de la Fundación proyecto 21, por medio de talleres, actividades pedagógicas orientadas hacia la potenciación de sus capacidades apoyando de manera constante a los estudiantes para que estos desarrollen sus competencias y se den cuenta que son sujetos sociales capaces de avanzar en el aprendizaje y el relacionamiento con el entorno social, se fomentaran espacios para el desarrollo de actividades como: manualidades, ejercicios físicos, actividades creativas, entre otras, todo esto con el fin de que los estudiantes de la fundación tengan un proceso progresivo en su formación.

También se realizarán informes dando cuenta del proceso de la práctica profesional II. (Regular), se llevará a cabo durante estos meses, la entrega de trabajos académicos y finalmente se realizarán seguimientos de los estudiantes donde se dé cuenta del avance o retroceso de los estudiantes.

Actividades	Días	Frecuencia
Caracterizaciones.	Miércoles y jueves.	Una vez por grupo.
Acompañamientos en actividades académicas.	Lunes, martes, miércoles y jueves.	Durante todo el tiempo de la práctica profesional II.
Talleres reflexivos.	Jueves.	Durante todo el tiempo de la práctica profesional II.
Reuniones pedagógicas de practicantes y docentes.	El día que se programe.	Por demanda explícita de los directivos del centro de práctica.

Fomentación de entornos, vida y alimentación saludables (actividades creativas)	Miércoles.	Durante todo el tiempo de la práctica profesional II.
Actividades institucionales grupales enfocadas en el desarrollo social.	Martes.	Durante todo el tiempo de la práctica profesional II.
Elaboración de seguimientos de los estudiantes.	Viernes.	Cada dos semanas respectivamente

Anexo 3



PLAN DE PRACTICAS ACADEMICAS III DE TRABAJO SOCIAL

FUNDACIÓN PROYECTO 21

PRACTICANTE

PAULA ANDREA GÓMEZ CHALARCA

ASESORA ACADÉMICA

LUZ MIRIAM AGUDELO GIL

ACOMPañANTE INSTITUCIONAL

FREDDY A. JARAMILLO MEDINA

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL

MEDELLÍN, ANTIOQUIA

2024

Periodo de practica III.

Inicio de practica: 06 de junio del 2024.

Finalización de practica: 06 de octubre del 2024.

Datos referenciales de las practicas:

La fundación Proyecto 21 en la propuesta dirigida para los y las practicantes de Trabajo Social de la Universidad de Antioquia, tiene como objetivo el apoyar los procesos de aprendizaje de los jóvenes, niñas y niños, que hacen parte de la institución, partiendo de la estimulación de habilidades cognitivas y sociales como parte fundamental de la rehabilitación integral, además de esto se acuerda para el nivel de la práctica profesional II y III de Trabajo Social, la importancia de involucrar el componente familiar.

En la fundación Proyecto 21, se realizan actividades donde se fomente el desarrollo de capacidades que aportan a la evolución individual, familiar y social respectivamente de la comunidad a la cual se va acompañar, las habilidades cognitivas, comunicativas, lingüísticas y motrices son ese pilar para el buen desarrollo de las competencias de las y los estudiantes de la fundación, en este caso se trabajará la comunicativa, la cual se aborda desde un ámbito pedagógico y social, donde los participantes logran comprender con mayor claridad la importancia del comunicar, no solo sus conocimientos académicos sino también el valor que posee el dar a conocer sus emociones, pensamientos, sentires y gustos, primando siempre al ser y a sus estados como eje primordial de una sociedad que se encuentra en constante transformación.

Horarios para la práctica:

La práctica III cuenta con una intensidad de 22 horas semanales, la modalidad será presencial y se llevará a cabo en una de las dos sedes de la fundación Proyecto 21, la cual está ubicada en la sede Centro de la ciudad de Medellín, debido a que en la fundación no se asiste los viernes, las horas que no se llevan a cabo de manera presencial, se realizarían autónomamente.

Anexo 4

Guía para entrevistas familiares.



GUIA PARA ENTREVISTA FAMILIAR

Fecha:

Objetivo de la entrevista: Indagar por medio de la entrevista, las dinámicas familiares, el entorno social y el papel de la alimentación saludable de los estudiantes de la fundación Proyecto 21.

1. INFORMACIÓN GENERAL

DATOS PERSONALES DEL ENTREVISTADO:

Nombre:

Tipo de identificación: CC____ TI____ RC____

Número de identificación: _____

Número de contacto (Celular) _____

Dirección: _____

Barrio: _____

Edad: _____

Etnia: Afro____ Indígena____ Mestizo____ Blanco____

Otra, ¿Cuál? _____

Estado civil:

Soltero (a) ____ Casado (a) ____ Unión libre ____ Viudo (a) ____ Separado (a) ____ Otro, ¿Cuál?

Nivel de escolaridad:

Lee ____ Escribe ____ Primaria: Completa ____ Incompleta ____

Secundaria: Completa ____ Incompleta ____ Técnico ____ Universidad ____

2. DATOS DE LA FAMILIA

CUADRO DE COMPOSICION FAMILIAR

NOMBRE	PARENTESCO	EDAD	ESTADO CIVIL	ESCOLARIDAD	OCUPACIÓN	AFILIACIÓN EPS (Contributivo o subsidiado)
*						

Algún miembro de la familia se encuentra en estado de discapacidad:

Si () No () Cuantas Personas: _____

Tipo de discapacidad:

Intelectual- cognitiva: () Sensorial: () Física: ()

Otras, ¿Cuál? _____

Conoce el diagnostico de _____

Si () No ()

¿Cuál es? _____

Cuántos niños menores de 5 años habitan la vivienda: _____

Cuántos adultos mayores de 60: _____

3. DATOS SOCIO ECONOMICOS DE LA FAMILIA

La autoridad en el hogar es:

Femenina _____ Masculina _____ Compartida _____

Estrato socioeconómico: _____

Servicios públicos y de telecomunicaciones con los que cuenta:

Agua potable ___ Energía ___ Alcantarillado ___ Telefonía ___ Internet ___

Gas domiciliario ___ Recolección de basuras ___

Otros, ¿Cuáles? _____

El dinero y los artículos en especie que ingresan a la familia para su sostenimiento de donde provienen:

Salarios de trabajo: ___ Ayudas del gobierno: ___ Donación de amigos y vecinos: ___ Otros, ¿Cuál? _____

¿Cuántas personas trabajan?: _____

¿Quién o quiénes aportan ingresos a la familia?:

Papá: ___ Mamá: ___ Hermanos (as): ___ Abuelo (la): ___ Otros (as): _____

¿Cuál es el orden de prioridades en los gastos familiares? (el más importante es el 1 y el menos importante es el 7):

Servicios públicos ___ Alimentación ___ Recreación ___ Arriendo _____

Salud ___ Educación ___ Otros ___ ¿Cuáles? _____

Bienes materiales

Ducha: Si () No ()

Microondas: Si () No ()

Nevera: Si () No ()

Lavadora: Si () No ()

Calentador de agua: Si () No ()

Equipo de sonido: Si () No ()

Televisión por cable: Si () No () ¿Cuántos? : _____

Medio de transporte:

Carro: Si () No ()

Motocicleta: Si () No ()

Otros, ¿Cuáles? _____

Características de la Vivienda:

Tenencia de vivienda:

Propia ___ arrendada ___ familiar ___ Otro: ___ ¿Cuál? _____

Número de habitaciones: _____ Número de baños: _____

Número de patios: _____

Material del piso: _____ Material de paredes: _____

Tiempo de permanencia en el sector: _____ Municipio: _____

4. DINÁMICA FAMILIAR

Tipología familiar: (Marque con una X):

¿Nuclear____ Extensa____ Ampliada____ Mixta _____ Grupos consanguíneos____

Monoparental femenina__ Monoparental masculina __ Simultánea__

Unidad doméstica____

otra__ Cual? _____

Etapa del Ciclo de vida familiar: _____

Percepciones y dinámica socio familiar:

¿Qué es para usted la familia? y ¿Cómo describe a su familia?

¿De qué temas suelen conversar al interior de la familia?

¿Cuándo algún miembro de la familia tiene dificultades o está triste a quién se lo manifiesta? ¿Cómo lo apoyan? ¿Qué estrategias podrían utilizar para fortalecer el vínculo familiar?

¿Qué aspectos positivos resalta en su familia?

¿Cómo se demuestra afecto dentro de la familia?

¿Cómo están distribuidas las tareas y responsabilidades en la familia?

¿Cómo y quienes toman las decisiones dentro de la familia? ¿Quién es la autoridad en la familia?

¿Qué Normas y reglas existen en la familia? ¿Se cumplen esas reglas y normas?

¿Cómo resuelven los desacuerdos en la familia? ¿Negocian? ¿Pelean? ¿Se dejan de hablar? ¿buscan un intermediario?

¿Qué actividades desarrollan en familia y en qué espacios lo hacen?

¿Cómo han afrontado las situaciones de crisis o difíciles por las que ha pasado la familia?
¿Que han aprendido de dichas situaciones?

Relaciones con el entorno

¿Cómo describiría las relaciones con sus vecinos y en general con su entorno?

¿En qué actividades de su comunidad o el barrio participan en familia?

Con quienes se relacionan sus hijos, ¿qué familiares o amigos los visitan?

Con relación a la alimentación:

Qué alimentos consumen en su hogar

¿Cuántas comidas al día y en qué horarios?

¿Qué sabe sobre alimentación saludable?

Observaciones:

Recomendaciones y sugerencias:

Conclusiones:

ADJUNTO GENOGRAMA Y ECOMAPA.

Firma del entrevistado

Trabajadora Social en formación

Anexo 5

APORTES PARA LA CONSTRUCCIÓN DE UN PERFIL PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL PARA LA FUNDACIÓN PROYECTO 21.

El perfil profesional que busca la fundación proyecto 21 de un trabajador social, es una persona que sea comprometida con el bienestar integral de individuos y comunidades en situaciones de vulnerabilidad, con una amplia experiencia en intervención social, que trabaje con personas con discapacidad cognitiva y sus familias, destacándose en la creación y ejecución de programas orientados.

Su enfoque se debe basar en la empatía, la inclusión y la acción, promoviendo la colaboración interdisciplinaria con profesionales de la salud, la psicología, la nutrición, entre otras, lo que le permite abordar las necesidades desde una perspectiva integral, además que diseñe estrategias que fomenten el bienestar emocional, físico y cognitivo, con énfasis en la promoción de hábitos de vida saludables y en la importancia del entorno familiar en el desarrollo integral.

Su misión como trabajador social es generar un impacto positivo en la calidad de vida de las personas, liderando procesos inclusivos y transformadores que contribuyen al fortalecimiento de redes de apoyo comunitario, siempre guiado por el respeto y la acción proactiva.