

Título: ACTIVIDADES LÚDICO-RECREATIVAS PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COORDINACIÓN MOTRIZ DE MIEMBROS SUPERIORES DEL ADULTO MAYOR DE LA LOCALIDAD CIUDAD BOLÍVAR

Autores:	CVLAC	ORCID	GOOGLE ACADÉMICO
Camila Guerrero Cifuentes			
Julio Cesar Rueda Cantor	https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0000571890		https://scholar.google.com/citations?user=jkUC5BoAAAAJ&hl=es

GrupLAC:

<https://scienti.minciencias.gov.co/gruplac/jsp/visualiza/visualizagr.jsp?nro=00000000001189>

Resumen

El programa de intervención que se desarrolla en la localidad 19 de la Ciudad de Bogotá, se busca establecer una mejoría de la coordinación motriz de los miembros superiores dentro de las sesiones de actividades lúdico-recreativas, de 8 adultos mayores de la localidad de Ciudad Bolívar, los cuales asisten al Centro de Proyección Social (CPS) de la Universidad Santo Tomás. El objetivo principal de este programa es el identificar la mejora de la coordinación motriz en el adulto mayor del CPS de Ciudad Bolívar.

Palabras Claves

Adulto mayor, Coordinación motriz, Lúdico, Recreativas

Abstract

The intervention program that is developed in locality 19 of the City of Bogotá, seeks to establish an improvement in the motor coordination of the upper limbs within the sessions of recreational recreational activities, of 8 older adults from the locality of Ciudad Bolívar, who attend the Center for Social Projection (CPS) of the Santo Tomás University. The main objective of this program is to identify the improvement of motor coordination in the elderly of the CPS of Ciudad Bolívar.

Keywords

Older adults, Motor coordination, Playful, Recreational

MARQUE CON UNA "X" EL TIPO DE PRODUCTO

Categoría	TIPO	
	Artículos publicados	

GENERACIÓN DE NUEVO CONOCIMIENTO	Libros publicados	
	Capítulos de libro publicados	
	Documentos de trabajo	
	Otra publicación divulgativa	
	Otros artículos publicados	
	Otros Libros publicados	
	Traducciones	
PRODUCCIÓN TÉCNICA Y TECNOLÓGICA	Cartas, mapas o similares	
	Consultorías científico-tecnológicas e Informes técnicos	
	Diseños industriales	
	Esquemas de trazados de circuito integrado	
	Innovaciones en Procesos y Procedimientos	
	Innovaciones generadas en la Gestión Empresarial	
	Nuevas variedades animal	
	Nuevas variedades vegetal	
	Plantas piloto	
	Otros productos tecnológicos	
	Prototipos	
	Regulaciones y Normas	
	Reglamentos técnicos	
	Guías de práctica clínica	
	Signos distintivos	
	Empresas de base tecnológica	
APROPIACIÓN SOCIAL Y CIRCULACIÓN DEL CONOCIMIENTO	Ediciones	
	Eventos Científicos	
	Informes de investigación	
	Redes de Conocimiento Especializado	
	Generación de Contenido Impreso	
	Generación de Contenido Multimedia	
	Generación de Contenido Virtual	
	Estrategias de Comunicación del Conocimiento	
	Estrategias Pedagógicas para el fomento a la CTI	
	Espacios de Participación Ciudadana	
	Participación Ciudadana en Proyectos de CTI	X
	Producción en arte, arquitectura y diseño	
	Industrias creativas y culturales	
	Eventos Artísticos	
	Tesis doctoral	

FORMACIÓN DE RECURSO HUMANO PARA LA CTEL	Trabajo de maestría	
	Trabajo de grado de pregrado	X
	Proyectos de investigación y desarrollo	
	Demás trabajos	X

Referencia APA

Referencias

Andrade, F. y Pizarro, J. (2007). Beneficios de la actividad física en el adulto mayor. *Programa de diplomado en salud pública y salud familiar*. 1 - 13.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/45176750/beneficios_de_la_actividad_fisica_en_el_adulto_mayor-libre.pdf?1461872118=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DBeneficios_de_la_actividad_fisica_en_el.pdf&Expires=1679640276&Signature=UZCN-FmEagEv2s8R0JYhoizumO7XwGanE-OLdYBRh~L35LubCdkvG9HtMv~pfjFBvUrLzf5JxGIgw2LLcbigjO9a4k5Fc9Y~dSpqGvxSQiLHwToGksto2AfjGwAJQfZEgYaFpWR0ElHo6Ak8nyk~84KNnQZ9-hVBrTV~hAjcDZ8UUVXlsV03NdOhkHtCcgotIeX41K2IWrgMt7x89xZ9stwFsreHh30nq3V68ZJVvvUSsZ2bPpkSr57KibrWJz51lnyxuP0IMj0JGqoJ4Tf9jAPuxcAEvYkBzHh5sNthxBZS75tSoFprfN6ldcpH7UtXW4MCfmUvIfi9BdXFZ57w__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA

Arias, N. (2018). *Coordinación motriz y disgrafía motora en estudiantes del primero de primaria*, Institución Educativa N°5084 “Carlos Phillips”, Callao 2018. Tesis pregrado, Universidad César Vallejo]. Universidad César Vallejo: Repositorio Digital Institucional.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/23514/Arias_BNJ.pdf?sequence=4&isAllowed=y

Betancourt, I., Abreus, J., Juanes, B. y González, V. (2020). Ejercicios físicos para contribuir al desarrollo de la coordinación física en adultos mayores. *Revista Conrado*, 16(77). 55 - 64. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n77/1990-8644-rc-16-77-55.pdf>

Biblioteca digital. (2007). Perfil Económico y empresarial, Localidad Ciudad Bolívar. [https://bibliotecadigital.ccb.org.co/bitstream/handle/11520/2894/2228_perfil_economico_ciudad_bolivar.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Ciudad%20Bol%C3%ADvar%20es%20una%20localidad,residenciales9%20\(ver%20figura%201.2\).](https://bibliotecadigital.ccb.org.co/bitstream/handle/11520/2894/2228_perfil_economico_ciudad_bolivar.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Ciudad%20Bol%C3%ADvar%20es%20una%20localidad,residenciales9%20(ver%20figura%201.2).)

Cabezas, M., Álvarez, J., Guallichico, P., Chávez, P. y Romero, E. (2017). Entrenamiento funcional y recreación en el adulto mayor: influencia en las capacidades y habilidades físicas. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(4). 1 - 13. <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/22/21>

Calzado, A., Cortina, M. y Muñiz, M. (2010). Actividades recreativas para la socialización del adulto mayor en el círculo de abuelos. *EFDeportes*, 15 (149). <https://www.efdeportes.com/efd149/actividades-recreativas-para-la-socializacion-del-adulto-mayor.htm>

Caracolí e Illimaní, dos nuevos parques para Ciudad Bolívar. (s/f). Gov.co. Recuperado el 15 de mayo de 2023, de <https://www.idrd.gov.co/noticias/caracoli-e-illimani-dos-nuevos-parques-para-ciudad-bolivar>

Chavarri, C. y Reyes, E. (2023). La coordinación motriz en adulto mayor hipertenso. *Revista científica cultura, comunicación y desarrollo*, 8(1). 48 - 54.
<https://rccd.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/420/439>

Chiquillo, V. (2021). *Actividades lúdico recreativas para favorecer la calidad de vida del adulto mayor del municipio de Saboyá - Boyacá*. [Tesis especialización, Fundación Universitaria Los Libertadores]. Repositorio Digital Institucional.
https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/4100/Chiquillo_Fernanda_2021.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Envejecimiento y salud. (s/f). Who.int. Recuperado el 24 de marzo de 2023.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Garzón, J., y Aragón, L. (2021). Sedentarismo, actividad física y salud: una revisión narrativa. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 42(4º trimestre). 478 - 499. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986290>

González, Y., Carnero, M. y Navarrete, Y. (2021). Lúdica y Situación social del desarrollo. Una nueva mirada a la educación superior. *Revista Universidad y Sociedad*, 13(3). 29 - 37. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v13n3/2218-3620-rus-13-03-29.pdf>

Morales, J., Bolaños, L. y Umbarila, J. (2020). *Reflexiones sobre la relación entre recreación guiada y la salud mental, concebida desde un punto de vista integral*. [Tesis pregrado, Universidad del Valle]. Biblioteca digital UniValle.

<https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/handle/10893/20345/3464%20M828.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Munzon, P. y Jarrín, S. (2021). Las actividades lúdicas y la coordinación motriz en las clases de educación física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, 5(2). 483 - 503.
<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1250>

Plan de ordenamiento territorial. (2020). Proceso de Revisión del Planeamiento Territorial de Bogotá D.C. https://www.sdp.gov.co/sites/default/files/19_ciudad_bolivar_-_diagnostico_pot_2020.pdf

Peréz, I., Chafla, D. y Parreño, M.(2022). *Ejercicios lúdicos y su relación con la coordinación motriz en adultos mayores del centro geriátrico Riobamba 2021*. [Tesis pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio Digital UNACH.
<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/8957/1/UNACH-EC-FCEHT-PAFD-0006-2022.pdf>

Real Academia Española. (s.f.). Recreación. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 19 de mayo de 2023, <https://dle.rae.es/recreaci%C3%B3n>

Sarnago, A. (2015). *Desarrollo de la coordinación motriz en el adulto mayor a partir del método Feldenkrais*. [Tesis pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio Pontificia Universidad Católica.
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/10947/TESIS%20DESARROLLO%20DE%20LA%20COORDINACI%c3%93N%20MOTRIZ%20EN%20EL%20A>

[DULTO%20MAYOR%20A%20PARTIR%20DEL%20M%c2%b4%c3%89TODO%
20FELDENKRAIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)