

**UNIVERSIDAD NACIONAL  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y  
CALIDAD DE VIDA**

## **PRÁCTICA DIRIGIDA**

**Estilos de Vida Saludables y Hábitos de Autocuidado, para Promover la Salud Mental Postpandemia en Habitantes de la Calle que Asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón**

**Yurgen Darío Angulo Navarro**

**PERSONA TUTORA:**

**Licda. Melissa Álvarez Quesada**

**PERSONAS ASESORAS:**

**Licda. Marilú de los Ángeles Navarro Zúñiga**

**Licda. Marcia Venegas Fonseca**

**2025**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE COSTA RICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA**  
**LICENCIATURA EN PROMOCIÓN DE LA SALUD Y MOVIMIENTO HUMANO**

Estilos de Vida Saludables y Hábitos de Autocuidado, para Promover la Salud Mental Postpandemia en Habitantes de la Calle que Asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón

Práctica Dirigida sometida a consideración del Tribunal Examinador de Trabajos de Graduación para optar por el grado y título de Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano

Yurgen Darío Angulo Navarro

Sede Regional Brunca, Campus Pérez Zeledón, Costa Rica

## **Miembros del Tribunal Examinador**

Dr. Elvis Rojas Ramírez  
Decano de la Sede Regional Brunca, Campus Pérez Zeledón

MBA. Erick Madrigal Villanueva  
Director Académico

Licda. Melissa Álvarez Quesada  
Persona Tutora

Licda. Marilú de los Ángeles Navarro Zúñiga  
Persona Asesora

Licda. Marcia Venegas Fonseca  
Persona Asesora

Yurgen Darío Angulo Navarro  
Sustentante

Práctica Dirigida a la consideración del Tribunal Examinador de  
Trabajos de Graduación, para optar por el grado y título de  
Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano  
Cumple con los requisitos establecidos por la  
Universidad Nacional de Costa Rica  
Sede Regional Brunca, Campus Pérez Zeledón,  
Costa Rica

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

*Informe Final de Práctica Dirigida*

*Estilos de Vida Saludables y Hábitos de Autocuidado, para Promover la Salud Mental Postpandemia en Habitantes de la Calle que Asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón*

*Yurgen Darío Angulo Navarro*

*Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional de Costa Rica, Heredia, Costa Rica*

**Resumen:** Esta práctica dirigida destaca la relevancia de las actividades físicas y mentales para mejorar la salud de las personas habitantes de la calle, quienes enfrentan un entorno caótico que impacta en su bienestar, deteriorándolos significativamente; e intensificándose aún más durante la pandemia por COVID-19. Por lo que, con el objetivo de ofrecer asistencia profesional y mejorar su calidad de vida, se implementaron diversas actividades en el Centro de Convivencia REDISH, incluyendo actividades que combinan destrezas físicas y mentales, buscando restaurar la salud mental y prevenir futuras crisis. Para ello, se realizó la planificación de las sesiones en el Centro de Convivencia REDISH, fundamentadas en investigaciones y observaciones previas, priorizando actividades que favorezcan a los habitantes de la calle; las cuales, buscan mejorar la cognición, socialización y rendimiento, además de mantener a las personas ocupadas para evitar el consumo de sustancias. Sin embargo, con este abordaje también se desafían estereotipos y barreras que dificultan la comprensión de las realidades de estas personas, quienes necesitan atención y apoyo, debido a que, a menudo carecen del reconocimiento y ayuda para mejorar su calidad de vida.

**Palabras Clave:** Actividad, atención, intervención, profesional, retroalimentación, sociedad.

---

## **Introducción**

Con este trabajo se desea resaltar la importancia que tienen las actividades tanto físicas como mentales para mejorar la salud en las distintas poblaciones de la sociedad, pero en este caso, en específico con las personas habitantes de la calle, las cuales forman parte de un grupo aislado en la sociedad, que muchas veces es olvidado, ignorado y hasta criticado por las conductas que desarrollan al desenvolverse en un entorno caótico, estresante y peligroso. Pero, que no por estar

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

en dichas circunstancias se les debe excluir, ya que ellos también necesitan apoyo para salir adelante y abandonar ese mundo, o al menos para llevar una vida un poco más digna y saludable dentro de lo que cabe (Astorquiza, 2017; Correa y Zapata, 2007; Parra y Montoya, 2024).

Así mismo, hay que centrarse en la salud mental, la cual es el tema principal de dicho trabajo, ya que como quedó en evidencia, esto es algo a lo que casi no se le presta atención, sin embargo, está presente y en constante decadencia en las personas habitantes de la calle, ya que por el estilo de vida que llevan, no contribuyen en su estabilización y mejoramiento. De igual manera, como ya se mencionó en otros documentos y se comprobó con la vivencia durante la práctica dirigida; el periodo en el que se desarrolló la pandemia por COVID-19 vino a afectar aún más a estas personas y a la población en general, ya que las situaciones que se vivieron durante este tiempo (desempleo, pérdida de seres queridos, ansiedad, estrés, entre otros...) hicieron que muchas personas cayeran en los vicios, o simplemente, perdieran la noción de vida que llevaban hasta el momento, ocasionando que entraran en situación de calle, y por ende, que la salud mental, e incluso la física se vieran comprometidas gravemente (Castellanos-Villamil, 2019; Hernández, 2020; Melgosa, 2017).

Es por este motivo, que se eligió trabajar con dicha población, la cual asiste al Centro de Convivencia REDISH, en San Isidro de El General, Pérez Zeledón; esto con el fin de brindarles atención profesional por medio de actividades entretenidas que fuesen del agrado de ellos, para tratar de minimizar los efectos que genera el entorno en el que se desenvuelven estas personas sobre la salud en general de ellos mismos, y de igual forma, para entender de una manera más cercana las situaciones que diariamente viven; y con ello tratar de ayudarlos, e incluso prevenir que más personas alcancen dichas condiciones. Es por tal motivo que, luego de investigar se eligieron ciertos esquemas de trabajo como lo fueron las charlas introductorias de acercamiento, las actividades rompehielos, los talleres temáticos, las sesiones individuales, las sesiones grupales, las actividades predeportivas, la resolución de rompecabezas, los juegos de mesa, los cine foros, y las retroalimentaciones; con las cuales se buscaba brindándoles un apoyo en el que se utilizan y se combinan las destrezas físicas y mentales como eje central para propiciar una restauración en

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

cuanto a la salud mental de las personas habitantes de la calle (Cruz-Sánchez et al., 2011; Franco et al., 2024; Matsudo, 2012).

Por consiguiente, es necesario mencionar que la planificación y estructuración de las sesiones que se realizaron fueron fundamentadas en base a lo encontrado en distintas investigaciones, y a la vez, también tomando en cuenta lo percibido durante algunas visitas que se realizaron previamente al Centro de Convivencia REDISH antes de iniciar oficialmente con las horas contacto, por lo que las actividades físicas y mentales que se llevaron a cabo con los habitantes de la calle, se seleccionaron cuidadosamente para lograr un abordaje óptimo y centrado en lo que puntualizó previamente sobre la salud mental, ya que está comprobado que la actividad física y mental puede mejorar múltiples aspectos como la cognición, la socialización y el rendimiento, así como también mantener a la persona ocupada en otras actividades para evitar que invierta su tiempo en vicios o acciones que les pueden traer consecuencias a corto, mediano y largo plazo (Gallegos et al., 2020; Saldívar-Garduño y Ramírez-Gómez, 2020; Ramírez et al., 2004).

Dentro de los esfuerzos más marcados que existen en el desarrollo de esta práctica dirigida, es el romper con estereotipos y barreras que muchas veces impiden conocer y entender la realidad en la que viven estas personas habitantes de la calle, las cuáles también requieren una atención profesional para minimizar sus problemas y poner sus energías en la realización de acciones más sanas que les brinden un enriquecimiento mental y físico, al menos, por algunos lapsos de tiempo (Conde et al., 2022; Martínez-Soto et al., 2014).

Cabe aclarar que, el deseo de realizar dicho trabajo en el Centro de Convivencia REDISH y enfocarse principalmente en los habitantes de la calle, es para brindar un aporte a la sociedad, y en especial a las poblaciones más vulnerables, ya que difícilmente las personas que se encuentran estudiando (independientemente del área profesional) toman en cuenta a estas poblaciones, que tanta ayuda requieren para sobrevivir en una sociedad que los margina, los hace a un lado y los hunde cada vez más; pero que también tienen derecho a ser escuchados para recibir mejores opciones de vida, empezando por la salud mental, y a su vez la física (Piña, 2022; Reyes-Molina et al., 2022; Rodríguez-Romo et al., 2015).

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

**Objetivo general**

Implementar estilos de vida saludables y hábitos de autocuidado mediante actividades, para promover la salud mental postpandemia en habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón.

**Objetivos específicos**

Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.

Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.

Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentaciones semanales.

**Método**

La metodología empleada se menciona a continuación en medio de los diferentes apartados:

**Descripción general de la práctica**

Esta práctica dirigida fue desarrollada con la finalidad de trabajar la salud mental de las personas habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH, ubicado en San Isidro de El General, Pérez Zeledón.

Dicha práctica dirigida tuvo una duración de 35 días hábiles (lunes a viernes), y cumpliendo con el horario del Centro de Convivencia en su totalidad (7:00-13:00 horas), acumulando 6 horas diarias y un total de 233 horas, repartidas en 210 horas de contacto y 23 horas de planificación.

**Procedimientos**

En este trabajo se ejecutaron múltiples tareas, que forman parte del procedimiento realizado, entre ellas se mencionarán y especificarán a continuación: en un primer momento la visita al Centro de Convivencia REDISH para finalizar todo el trabajo que se realizaría; se habló

### **Formato presentación informe final de práctica dirigida**

con los encargados del centro, los cuales estuvieron de acuerdo con la presencia del estudiante para realizar varias actividades enfocadas en trabajar la salud mental con las personas habitantes de la calle, las cuales asisten al lugar para cubrir algunas de las necesidades básicas, como realizarse un aseo personal y tener una mejor alimentación, solo por mencionar algunas. Parte de esta aprobación brindada por el centro para la realización del trabajo, se dio mediante mutuo acuerdo de respetar las políticas de privacidad de la organización, utilizando el material obtenido (nombres, fotografías, entre otros) única y exclusivamente para la realización del trabajo universitario.

En un segundo momento se describen las distintas actividades que se realizaron en el Centro de Convivencia REDISH como lo fueron: charlas introductorias de acercamiento, actividades rompehielos, talleres temáticos, sesiones individuales, sesiones grupales, actividades predeportivas, resolución de rompecabezas, juegos de mesa, cine foros y retroalimentaciones. Las cuales fueron de gran provecho, ya que, contribuyeron en que las personas habitantes de la calle tuviesen un poco de libertad y salieran de la rutina que normalmente tienen cuando asisten al lugar. Tomando en cuenta que algunos, por no decir todos, tienen años de no realizar este tipo de actividades debido al modo de vida que llevan en las calles.

Por otra parte, dentro de las responsabilidades adquiridas que fueron varias, se puede rescatar el hecho de ayudar en las múltiples tareas que se realizan diariamente, tales como la revisión y registro de los usuarios para el ingreso al lugar, la ayuda en la limpieza de las diferentes áreas del establecimiento, el servir los alimentos en las distintas horas de comida, entre otras acciones necesarias para el buen funcionamiento del Centro de Convivencia REDISH.

### **Herramientas y recursos**

En cuanto a estos, es necesario mencionar que no se requirieron demasiados materiales y recursos de apoyo para desarrollar las actividades planificadas en las horas de contacto. Esto debido a que se planificó todo pensando en las limitantes que puede tener el Centro de Convivencia REDISH para conseguir materiales y a la vez, por el peligro de daño, sustracción o uso indebido de ciertos materiales por parte de las personas habitantes de la calle; pero al mismo tiempo, se buscó hacerlo de esta manera para que ellos se sintiesen cómodos con la practicidad de las

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

actividades, con el fin de que las entendieran y aprendieran de una manera sencilla, y de ser posible, que las siguiesen poniendo en práctica en un futuro.

Las herramientas y recursos utilizados fueron los siguientes: Papeles y lápices, bolsa plástica, mecate, globos, zancos de madera, televisor y computadora con llave MAYA, pelota de goma, silbato, cubo Rubik, vendas para los ojos, fotos de monedas impresas, vasos desechables, cartones de bingo modificados, rompecabezas con múltiples diseños, cartas UNO, Monopolio, Cuatro en Línea, Trompos, balón de fútbol, pelotas de foam, sopas de letras impresas, caja de cartón y espejo pequeño.

**Cronograma**

Actividad	Inicio	Final	11/9/2023-15/9/2023	18/9/2023-22/9/2023	25/9/2023-29/9/2023	2/10/2023-6/10/2023	9/10/2023-13/10/2023	16/10/2023-20/10/2023	23/10/2023-27/10/2023
Charlas introductorias de acercamiento	11/9/2023	15/9/2023	■						
Actividades rompehielos	11/9/2023	27/10/2023	■	■	■	■	■	■	■
Talleres temáticos	11/9/2023	22/9/2023	■	■					
Sesiones individuales	25/9/2023	20/10/2023			■	■	■	■	■
Sesiones grupales	2/10/2023	27/10/2023				■	■	■	■
Actividades predeportivas	9/10/2023	13/10/2023					■	■	■
Resolución de rompecabezas	9/10/2023	13/10/2023					■	■	■
Juegos de mesa	2/10/2023	6/10/2023				■	■	■	■
Cine foro	18/9/2023	27/10/2023	■			■	■	■	■
Retroalimentaciones	11/9/2023	27/10/2023	■	■	■	■	■	■	■

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

**Desglose de actividades**

<b>Fecha</b>	<b>Nombre de las actividades</b>
11-9-2023	<p>Charlas introductorias de acercamiento: Por medio de una presentación personal, se habla sobre el propósito de las intervenciones a realizarse en la institución por un periodo de tiempo establecido.</p> <p>Actividades rompehielos: “Historia grupal”: Consiste en iniciar una historia y se le solicita a cada uno de los participantes ir narrando una parte, hasta que alguno concluye dicha historia. Luego se analiza para identificar los pros y los contras de esta, así como las enseñanzas que deja.</p> <p>Talleres temáticos: “Importancia del compartir”: Se les da una breve charla sobre el concepto del compartir, donde se recalca que esto ayuda a la salud mental. Luego los participantes dan sus puntos de vista sobre dicho concepto en sus vidas.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan puntos relevantes como el animarse a hablar, el compartir con otras personas y el poner en práctica ejercicios mentales para mantener una buena salud mental.</p>
12-9-2023	<p>Charlas introductorias de acercamiento: Por medio de una presentación por parte de los participantes, cuentan un poco sobre sus vidas, mencionando su nombre y lugar donde crecieron, y ¿qué les motiva a asistir al Centro de Convivencia REDISH? (Se realiza la misma dinámica debido a que no siempre asisten las mismas personas).</p> <p>Actividades rompehielos: “De quién será esta historia”: Se les entrega un papel y un lápiz para que escriban alguna historia de su vida; puede ser triste o graciosa sin anotar su nombre, luego doblan el papel y lo depositan en una bolsa en común donde estarán los de todos, seguidamente, el organizador saca un papel al azar para leerlo mientras que los participantes tratan de adivinar quien lo escribió, y así sucesivamente hasta finalizar con todos los papeles.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Talleres temáticos: “Perder el miedo de compartir vivencias”: Se les resalta lo bueno de hablar sobre algunas situaciones que suceden en la vida, ya que se comprende que muchos pasan por las mismas circunstancias, y en algunos casos las logran superar.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos importantes como el animarse a contar vivencias y, a ser parte de la dinámica para mantener un entorno social saludable.</p>
13-9-2023	<p>Charlas introductorias de acercamiento: Por medio de una presentación por parte de los participantes, cuentan un poco sobre sus vidas como su nombre y lugar donde crecieron, y qué les motiva a asistir al Centro de Convivencia REDISH (Se realiza la misma dinámica debido a que no siempre asisten las mismas personas).</p> <p>Actividades rompehielos: “Cosas en común”: Consisten en que los participantes hablen de lo que tienen en común; pueden ser características físicas, gustos, entre otras, para conocer cuantas cosas los unen.</p> <p>Talleres temáticos: “Muchas coincidencias”: Todas las personas tienen cosas en común, por ejemplo, el gusto por las comidas, formas de vestir, maneras de hablar o expresarse, costumbres, entre otras. Por lo luego de compartir algo con el resto del grupo, deben buscar a las personas que tienen lo mismo en común, moviéndose de una manera dinámica, organizada y veloz, ya que cada vez que se comparte algo, la dinámica va a un mayor ritmo.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos importantes como el compartir distintos criterios y gustos por las cosas, así mismo, se deja en evidencia que son más cosas las que los unen, que las que los separan, lo cual genera lazos de convivencia más positivos y saludables.</p>
14-9-2023	<p>Charlas introductorias de acercamiento: Por medio de una presentación por parte de los participantes, cuentan un poco sobre sus vidas como sus nombres y lugar donde</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>crecieron, y qué les motiva a asistir al Centro de Convivencia REDISH (Se realiza la misma dinámica debido a que no siempre asisten las mismas personas).</p> <p>Actividades rompehielos: “El mesero”: Se les solicita a los participantes que formen un círculo, quedando uno de pie, el cual hace de mesero y debe pasar por donde están los demás para memorizar las comidas y bebidas que cada uno quiere. Luego debe memorizarlas mientras los demás cambian de posición rápidamente, teniendo que buscar a cada uno para entregarle lo correspondiente.</p> <p>Todos los presentes deben convertirse en meseros en algún momento de la dinámica, por lo que deben tratar de ser la persona que más logra retener la información brindada por los participantes.</p> <p>Talleres temáticos: “Derecho a equivocarse”: Al igual que en la dinámica anterior, donde el mesero se puede equivocar entregando los pedidos; hay que tener en cuenta que las personas también se pueden equivocar en el diario vivir, pero pueden corregir su error para seguir adelante. Por lo que, en grupos pequeños se van a abordar opciones para corregir dichas situaciones comunes o individuales mediante una lluvia de ideas.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan puntos relevantes como el hecho de que la equivocación genera un aprendizaje en la vida.</p>
15-9-2023	<p>Charlas introductorias de acercamiento: Por medio de una presentación por parte de los participantes, cuentan un poco sobre sus vidas como sus nombre y lugar donde crecieron, y qué les motiva a asistir al Centro de Convivencia REDISH (Se realiza la misma dinámica debido a que no siempre asisten las mismas personas).</p> <p>Actividades rompehielos: “Globo viajero”: Los participantes se dividen en dos equipos colocando en el centro una línea o mecate para dividir los equipos. Luego</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>inicia un jugador al azar tirando el globo hacia el equipo contrario y viceversa, sin dejar que este toque el suelo, o de lo contrario será un punto para el otro equipo.</p> <p>Talleres temáticos: “Se pierde y se gana en la vida”: Se busca la comprensión de una pregunta, la cual es; ¿Cómo los seres humanos pueden perder o ganar?.</p> <p>Seguidamente se dialoga en grupo, para conocer puntos de vista mediante la dinámica de la papa caliente. Luego, se recalca el hecho que no por eso son menos o más que las otras personas.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos importantes como el compartir mediante el juego y el aceptar la derrota o el gane en las diferentes situaciones de la vida, pero tratando de conservar siempre un espíritu de lucha.</p>
18-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Carrera en zancos”: Se les delimitan dos espacios en línea recta y se separan a los participantes en dos grupos, los cuales compiten entre sí por ser el que llega primero haciendo un ida y vuelta, en el que todos los presentes participan.</p> <p>Talleres temáticos: “Fragilidad de la vida”: Se les trata de hacer comprender que al igual que la dinámica anterior, en cualquier momento se puede caer, pero lo importante es levantarse y seguir adelante.</p> <p>Para esto, se les da una hoja y lápiz para que expresen las maneras en las que creen que pueden salir adelante, y al mismo tiempo se les menciona sobre la importancia de mantener como aliado al deporte y la actividad física para lograr mejores resultados durante el proceso.</p> <p>Cine foro: “Volver a creer”: Posterior a la visualización, se comenta en grupo sobre la importancia de no quedarse atrapado en un momento de la vida, y de buscar maneras de entretener la mente de una forma sana para seguir adelante.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos relevantes como la capacidad que tiene el ser humano para levantarse a pesar de las adversidades.</p>
19-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Papa caliente”: Se va pasando una pelota entre los participantes y al sonido del silbato se detiene, para que la persona que conserva la bola realice lo que desee (cante, salte, o diga un trabalenguas).</p> <p>Talleres temáticos: “Participar o ser partícipe de la sociedad”: Se recalca la importancia de cada ser humano dentro de la sociedad, mediante una dinámica de conversación grupal en la que los participantes resaltan virtudes de sus compañeros.</p> <p>Cine foro: “Donde esté tu corazón”: Posterior a la visualización, se comenta en grupo sobre la importancia de la vida, así como, sobre el mantener un equilibrio entre la salud física y mental.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan puntos relevantes como el realizar algo que les agrade, sentirse parte de la sociedad y saber que sin importar la situación que se presente, cada persona mantiene su dignidad.</p>
20-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Naufragio del barco”: Se va contando una historia sobre altamar en la que se anuncia una tormenta, por lo que la forma de salvarse del naufragio es conformando grupos con el número de integrantes que mencione el narrador.</p> <p>Talleres temáticos: “En tierra firme”: Se les habla de la seguridad que representan instituciones como el Centro de Convivencia REDISH para las personas que presentan situaciones de calle, dejando abierto el dialogo para que cada uno comparta cosas positivas que han encontrado asistiendo a este lugar.</p> <p>Cine foro: “Naufrago”: Posterior a la visualización, se comenta sobre la importancia que tiene la perseverancia para salir adelante pese a las dificultades, y encontrar un</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>lugar seguro, dejando abierto el dialogo para que los participantes den sus puntos de vista.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan puntos relevantes como que los sufrimientos en la vida se pueden superar con la perseverancia y una guía adecuada que impulse en el proceso.</p>
21-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Canasta revuelta”: Se realizan tres grupos a los cuales se les ponen nombres de frutas (manzana, piña, melón). Luego se hace un círculo y se dan indicaciones, ejemplo, Manzanas saltan, piñas cantan, melones aplauden. Y cuando se dice ¡canasta revuelta!, todos se cambian de lugar y hacen lo que indique el que dirige.</p> <p>Talleres temáticos: “Resolviendo problemas”: Se busca que los participantes comprendan que la vida es como una canasta revuelta, en la que se tienen momentos bonitos y otros difíciles, que hay que resolver sanamente.</p> <p>Posterior a esto, se les da un cubo Rubik que deben tratar de armar en conjunto para lograr un objetivo común.</p> <p>Cine foro: “La carrera perfecta”: Posterior a la visualización, se comenta en grupo sobre la importancia de seguir indicaciones o consejos para alcanzar metas y resolver problemas, así mismo se menciona el impacto que tiene la actividad física y el deporte.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos importantes como seguir indicaciones, ser perseverante, luchar y no darse por vencido ante las dificultades y adversidades.</p>
22-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Charadas”: Se divide a los participantes en dos grupos y se escoge a uno por grupo para que adivine. Mientras que sus compañeros hacen señas (sin sonidos) para que diga el animal al que se refiere. Gana el grupo que adivine más.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Talleres temáticos: “Compartiendo con otros”: Se resalta lo importante que es apoyarse en otras personas por un bien común, realizando posteriormente un recorrido de obstáculos manteniendo los ojos vendados y solamente guiándose por las indicaciones que dan los compañeros.</p> <p>Cine foro: “Cuerdas”: Posterior a la visualización, se comenta sobre la importancia de ayudar a otros, y la satisfacción que se siente al hacerlo sanamente.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan puntos relevantes como el apoyo mutuo y la ayuda para lograr un bien común, buscando mantener buenos hábitos.</p>
25-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Que no caiga el globo”: Se le da un globo a cada participante, luego deben inflarlo y atarlo. Posteriormente se lanzan todos los globos al aire y se evita que estos caigan al suelo, por lo que debe existir una cooperación entre los presentes, ya que una vez que caiga el primer globo o se termine el tiempo, acaba la actividad.</p> <p>Sesiones individuales: Se trabaja con cada uno de los participantes por periodos breves de tiempo, realizándoles consultas sobre qué sintieron al ser parte de las actividades realizadas anteriormente.</p> <p>Cine foro: “El Puente”: Posterior a la visualización, se habla sobre la importancia del compañerismo, la solidaridad y el mantener un fin en común.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos importantes como el desarrollar compañerismo, trabajar la coordinación mutua y la comprensión respetuosa sobre los compañeros que no pueden mantener un ritmo igual al de los demás.</p>
26-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Pasando el gesto”: Los participantes se colocan formando un círculo, luego se designa a uno para que empiece la dinámica haciéndole un gesto facial al compañero que se ubica a la derecha, procurando que este realice el mismo gesto con el siguiente compañero que está a la derecha y así</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>sucesivamente, hasta que llegue a donde inició. Pero ahora esta persona debe volver a hacer un gesto para pasarlo hacia la derecha y otro gesto distinto para pasarlo hacia la izquierda, finalizando la dinámica en el momento que estos dos gestos se topen entre sí.</p> <p>Sesiones individuales: Se trabaja con cada uno de los participantes por periodos breves de tiempo, en donde se les coloca un espejo para que realicen gestos frente a él, esto con el fin de hacerles ver que así es la sociedad. Que como uno actúe frente a los demás, así actuarán ellos con uno (si son gestos negativos, se reciben acciones negativas, y por el contrario, ante acciones positivas, eso se va a recibir).</p> <p>Cine foro: “Tamara”: Posterior a la visualización, se habla sobre la importancia de los gestos para comunicarse, y expresar los sentimientos, lo cual es fundamental para mantener una buena salud mental.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan puntos relevantes como la expresión corporal y las actitudes que pueden mostrar el estado emocional en el que se encuentra una persona, y con ello su salud metal.</p>
27-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “El año de la moneda o país de origen”: Se tienen muchas monedas de distintos años y países, cada persona debe elegir una, pensar en el año en que se hizo o el país al que pertenece y contar una historia propia de algo que recuerden que pasó ese año en el país o en el mundo, o algo personal relacionado al año o a el país escogido.</p> <p>Sesiones individuales: Se inicia preguntándole a cada uno de los participantes sobre qué opina de las monedas, para incluir el tema de que hay distintas monedas en todo el mundo distintas entre sí y con un valor único, al igual que las personas.</p> <p>Cine foro: “Valoración de la diversidad e identidad cultural”: Posterior a la visualización, se menciona la importancia del comprender que cada persona tiene un</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>lugar especial en este mundo, con un valor único, el cual debe buscar sanamente para estar bien consigo mismo.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos importantes como la importancia que tiene el ser humano en el mundo al ser una parte integral de este, manteniendo una diversidad de cosas que lo diferencian de los demás y lo hace único e irrepetible.</p>
28-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “Construyendo con vasos desechables”: Se hacen tres grupos con los participantes y se les entrega la misma cantidad de vasos desechables a cada uno de estos, luego se les pide construir una torre tan alta como puedan, ganando la que sea más alta; esto con el fin de ver el cómo trabajan en equipo los participantes.</p> <p>Sesiones individuales: Se le realizan preguntas a cada participante tales como; ¿Se sintió parte del equipo?, ¿Pudo desenvolverse bien con los compañeros?, entre otras que surjan en el momento, con la finalidad de generar una buena interacción con cada uno de ellos.</p> <p>Cine foro: “Corazón de campeón”: Posterior a la visualización, se resalta el significado de la disciplina, el compañerismo y el trabajo en equipo para alcanzar metas y sentirse bien internamente.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan puntos relevantes como, que cada persona al ser parte de un equipo se vuelve indispensable para lograr objetivos.</p>
29-9-2023	<p>Actividades rompehielos: “El bingo de los valores”: Se le entrega a cada uno de los presentes un cartón de bingo que en lugar de números, tendrá el nombre de valores (honestidad, solidaridad, respeto, amor, amistad, compañerismo, etc.). Luego se jugará de manera normal y al que llene dicho cartón, se le dará una pequeña sorpresa (chocolate, confite, entre otros).</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Sesiones individuales: Se le consulta a cada uno si había vivido dicha experiencia anteriormente, y qué opinión tiene sobre la importancia de poner en práctica los valores en el diario vivir para crear una sociedad sana.</p> <p>Cine foro: “Lala Luna”: Posterior a la visualización, se resalta el valor de compartir, ya que el cortometraje hace énfasis en el hecho de que todos son seres humanos con virtudes y debilidades, que pueden convivir y compartir mutuamente, como sucede en la actividad del bingo de los valores.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan puntos importantes como el compañerismo, la hermandad y el compartir; esenciales para vivir bien en sociedad y mantener una buena salud mental.</p>
<p>2-10-2023</p>	<p>Actividades rompehielos: “El rey de los elementos”: Se forma un círculo con todos los participantes, seguidamente el animador tendrá una pelota y se la pasará a cualquiera, eso sí, cuando la lance debe mencionar un elemento (aire, agua o tierra), y el que atrape la pelota debe mencionar un animal que pertenezca al elemento que mencionaron; ejemplo: agua: tiburón. Y luego debe pasársela a otro diciendo un elemento antes que la atrape el otro participante, así sucesivamente mientras se va acortando el tiempo de respuesta. Para esta dinámica no se vale repetir animales, y los que tarden en contestar van a ir saliendo hasta que quede solo uno, el cual ganará.</p> <p>Sesiones grupales: Los participantes expresan lo que deseen de manera libre, mientras son escuchados.</p> <p>Juegos de mesa: Se arman rompecabezas de manera grupal.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos relevantes, si se hace énfasis en mencionar que es indispensable escuchar a las demás personas, para que estas se expresen de manera libre. A sí mismo, se les consulta sobre qué sintieron cuando participaron de la dinámica de los elementos.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

<p>3-10-2023</p>	<p>Actividades rompehielos: “Mi nuevo nombre”. Se escriben en las tarjetas nombres divertidos como: “pimpinela, la chilindrina, etc.” y antes de empezar la actividad se le entregan al azar las tarjetas a los participantes. El nombre que les aparezca será su nombre de toda la actividad, luego se les explica a todos que solo se pueden llamar por ese nombre durante toda la actividad, y los que digan el nombre real de alguien mientras realizar otras acciones comunes de la vida cotidiana, son rebautizados con un nuevo nombre aún más divertido.</p> <p>Sesiones grupales: Se juega UNO en grupos con todos los presentes.</p> <p>Juegos de mesa: Se llevan a cabo partidas de Tablero por parejas, y los ganadores van avanzando hasta llegar a una final que defina al ganador.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos importantes de las actividades, y se les recalca el valor de la tolerancia y el aceptar la derrota, pero ser conscientes de los errores para tratar de corregirlos en el futuro, buscando tener una mejoría considerable.</p>
<p>4-10-2023</p>	<p>Actividades rompehielos: “Caramelos”. El encargado ofrece caramelos a los participantes, dándoles libertad de que tomen los que quieran, siendo conscientes de que unos van a agarrar más y otros menos.</p> <p>Una vez que estos los tienen en su posesión, deben decir una característica suya por cada caramelo que han agarrado. También se puede asignar un tema a cada color del caramelo y hablar de él. Por ejemplo: rojo: expectativas para el momento; verde: algo sobre su familia; azul: hobbies favoritos... Los caramelos se pueden cambiar por algún otro objeto que cumpla la misma función.</p> <p>Sesiones grupales: Se observa un cortometraje “Verdadera amistad” y se comenta sobre el mismo, rescatando puntos que les llamaron la atención.</p> <p>Juegos de mesa: Se juega Monopolio con todos los presentes.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos relevantes, incentivando a los presentes a que comenten más sobre el cortometraje y en qué creen que favorece a sus vidas, especialmente en las distintas situaciones que viven a diario.</p>
5-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Las islas”. Se dibuja en el piso 4 islas de 1.5 metros cada una, asignándoles cualquier nombre. Luego los participantes se dividen en grupos iguales por isla, iniciándose a contar una historia del cómo de repente en la isla de los monos un volcán hizo erupción y para salvarse todos los monos deben irse a otra isla; por lo que los participantes deben saltar a los otros espacios delimitados para salvarse, y así sucesivamente hasta que quede una sola isla que los albergue a todos, teniendo en cuenta que si se quedan aunque sea con un pie afuera, pierden.</p> <p>Sesiones grupales: Los participantes deben comentar sobre la sensación que se tiene al quedarse sin isla, poniendo de manifiesto el hecho de haberse quedado sin un lugar seguro para vivir, como sus hogares.</p> <p>Juegos de mesa: Se juega Cuatro en Línea en parejas.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos importantes y se menciona el impacto que tiene en la sociedad el compañerismo, donde se recalca que se debe ayudar a otros cuando lo necesitan.</p>
6-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Casa, inquilino y terremoto”. Se dividen todos los participantes en tríos, solo debe quedar una persona suelta (animador), los tríos se deben formar de la siguiente manera: dos personas se toman de la mano frente a frente para formar la casa y dentro de ella se coloca la otra persona que será el inquilino. El animador iniciará el juego, y dirá cualquiera de las siguientes palabras: casa, inquilino, terremoto. Por lo que, si grita “casa” todas las casas, sin romperse, deben salir a buscar otro inquilino y estos no se mueven de lugar. Pero si grita</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>“inquilino” deben salir de la casa donde están en busca de otra, y las casas no se mueven de lugar. Por último, si dice “terremoto” y se cambian todos.</p> <p>Sesiones grupales: Se abre un conversatorio en el que comentan todos, dando un espacio a cada uno de los participantes para que se expresen libremente sobre la actividad rompehielos; además, de dar sugerencias, si lo desean.</p> <p>Juegos de mesa: Se realiza una competencia de Trompos.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos relevantes, como el retroceder en el tiempo con los trompos, recordando sus infancias, indagando sobre qué ideas, aspiraciones y metas tenían para sus vidas en aquel momento.</p>
<p>9-10-2023</p>	<p>Actividades rompehielos: “El rey del Buchi Bucha”. Se coloca al grupo en círculo y se toman de la mano, El encargado se mantendrá en el centro e iniciará diciendo: Amo a mi primo mi primo vecino, Amo a mi primo mi primo German. Todos cantan y giran, de pronto el encargado dice: -Alto ahí. -¿Qué paso? (contesta el grupo). - Que el rey de Buchi Bucha ordena que se ordenen. -¿Qué cosa? (contesta el grupo). -Qué todos tomen a su compañero de la izquierda por el tobillo... De esta manera se van dando órdenes, que podrán ser ejecutadas en círculo o que impliquen desplazarse y regresar.</p> <p>Actividades predeportivas: Se lanzan balones hacia arriba, los cuales se deben apañar con una pareja, para luego volver a lanzarlo e intercambiarlo con las demás parejas, sin dejar que este se caiga.</p> <p>Resolución de rompecabezas: Se arma un rompecabezas con temática de reyes.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos importantes y se expone una reflexión positiva “La piedra”, la cual habla de que cada persona le da un uso distinto, dependiendo de sus capacidades, deseos, cualidades, entre otros. Cada uno de los presentes expone lo que deseé después de escuchar la reflexión.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

10-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “La carga eléctrica”: Se forma un círculo con los participantes y el encargado retira a uno de ellos y lo envía lejos del grupo para dar una indicación, la cual es, que todos deben permanecer en silencio y que uno de ellos tendrá “la carga eléctrica”, para que cuando el retirado le toque la cabeza todos griten y hagan gestos. Seguidamente, el retirado regresa y se le explica que uno de los presentes tiene la carga eléctrica, por lo que debe concentrarse para que vaya tocando la cabeza de cada uno con el fin de descubrir quién tiene la carga eléctrica.</p> <p>Actividades predeportivas: Se realizan juegos en los que se deba colorear, entregándoseles algunas hojas con dibujos para que ellos elijan una imagen que les atraiga, se sientan identificados y la coloreen.</p> <p>Resolución de rompecabezas: Se les da un rompecabezas con una temática de naturaleza para que lo armen en conjunto.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos relevantes, mencionando sobre el porqué escogieron la imagen para colorear y por qué los identifica, recalcándoles también la importancia y los beneficios que tiene el realizar este tipo de dinámica para abordar la salud mental.</p> <p>Posteriormente, se le entrega un chocolate a cada uno conmemorando el Día Mundial de la Salud Mental.</p>
11-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “La caja de sorpresas”: Se prepara una caja (puede ser también una bolsa), con una serie de tiras de papel enrolladas en las cuales se han escrito algunas tareas (por ejemplo: cantar, bailar, silbar, bostezar, etc.), luego los participantes se colocan en círculo, empezando a pasar la caja de mano en mano, hasta que se realice una determinada señal para parar la actividad, y poner a la persona que quedó con la caja en las manos a que saque un papel para que ejecute</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>la tarea indicada. El juego continúa hasta que se terminen todas las tiras de papel y se hallan realizado cada una de las tareas.</p> <p>Actividades predeportivas: Se coloca una cuerda y se les indica que realicen una hilera para que salten en orden.</p> <p>Resolución de rompecabezas: Se arma un rompecabezas con temática de ciudades.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos relevantes, mencionando que con las tres actividades se busca fomentar la confianza en sí mismos, ya que el rompehielos, el saltar la cuerda y la temática de rompecabezas, ayuda a eso.</p>
12-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Qué pasaría si...”: En esta actividad, todo participante debe hacerle preguntas a otro integrante del equipo, que comiencen con “qué pasaría si...” y que sean alocadas y divertidas, como tratando de que todos interactúen entre sí en algún momento, y que luego recopilen parte de las respuestas que les parecieron más llamativas para que las compartan con el grupo.</p> <p>Actividades predeportivas: Se realiza un círculo, y se empieza a dominar un balón pasándolo entre todos, tratando de que no caiga.</p> <p>Resolución de rompecabezas: Se arma un rompecabezas con temática de animales.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos relevantes, haciendo mención de la importancia que tiene el desarrollo de la concentración para realizar tareas específicas, y con ello, mantener una adecuada salud mental.</p>
13-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Dibujo a ciegas”: Se eligen a dos personas del equipo y se les pide que se sienten uno de espaldas al otro. Luego uno de ellos deberá describir un objeto, de manera ambigua, y el otro deberá adivinar qué es, para dibujarlo en una hoja.</p> <p>Todos los presentes deben realizar lo mismo en un determinado momento.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Actividades predeportivas: En un círculo se van haciendo pases entre los participantes utilizando un balón, procurando que se realicen 10 pases consecutivos ininterrumpidos y si alguien no lo hace bien, va saliendo del círculo reduciendo el número de participantes.</p> <p>Resolución de rompecabezas: Se arma un rompecabezas con temática de deportes.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos relevantes, hablando sobre la confianza y su importancia, tanto en la sociedad, como en el ámbito personal.</p>
16-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Desatar el nudo humano”: En esta actividad, cada persona se cruza de brazos y toma las manos de otras dos personas. El objetivo es que los participantes puedan deshacer el nudo que se creó, teniendo que cooperar y trabajar en equipo con los demás para lograrlo.</p> <p>Sesiones individuales: Se deja el espacio para que cada participante comente sobre que aprendió o interpretó en su mente luego de enfrentarse a una tarea que requería compañerismo para desarrollarse de buena manera.</p> <p>Cine foro: “Conflictos”: Posterior a la visualización, se hace un análisis profundo en grupo para conocer lo que entendió cada uno, ya que este puede dejar muchos criterios diferentes dependiendo de la perspectiva que tenga cada uno.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos importantes, mencionando puntos interesantes de la sesión, y haciéndose un comentario a partir de la pregunta ¿Nuestra vida en ocasiones está hecha un nudo?</p>
17-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “La pelota preguntona”: El encargado entrega una pelota a cada equipo, invita a los presentes a sentarse en círculo y explica la forma de realizar el ejercicio. Mientras se entona una canción la pelota va pasando de mano en mano; y, a la señal del encargado, se detiene el ejercicio. La persona que ha quedado con la pelota en la mano se presenta para el grupo: dice su nombre y lo que</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>le gusta hacer en los ratos libres. El ejercicio continuo de la misma manera hasta que se presenta la mayoría, y en caso de que una misma persona quede varias veces con la pelota, el grupo tiene derecho a hacerle una pregunta.</p> <p>Sesiones individuales: Continuando con la actividad anterior y basándose en las preguntas que formula cada participante, se pone a prueba la capacidad de pensamiento y memorización de cada uno de los participantes al tener que recordar y relacionar palabras claves con situaciones cotidianas.</p> <p>Cine foro: “Haz que tu vida brille ayudando a los demás”: Posterior a la visualización, se comenta sobre el tema.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos importantes, mencionando el diálogo social, como algo fundamental para crear un ambiente sano y una buena salud mental.</p>
18-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Pedro llama a...”: El objetivo de esta dinámica es lograr que los participantes graben los nombres de sus compañeros y logren memorizar rostros y actitudes divertidas de los participantes, por lo que se forma un círculo en el que todos permanezcan sentados. El primer participante comienza diciendo su nombre y llamando a otro jugador, ejemplo: "Pedro llama a María", María responde "María llama a Juan", Juan dice "Juan llama a Pablo", y así sucesivamente hasta que todos participen. El que no responda cuando le corresponde paga penitencia, que puede ser: contar un chiste, bailar, cantar, entre otros.</p> <p>Sesiones individuales: Se le da a cada participante una hoja con un laberinto, en el que debe encontrar el camino correcto para llegar a la salida. Posteriormente se les habla por individual sobre la toma de decisiones y la similitud que tiene la vida con esta dinámica.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Cine foro: “Un cuerpo espín en navidad”: Posterior a la visualización, se comenta sobre el aprendizaje que deja y como lo relacionan con la vida cotidiana.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos relevantes, destacando la dinámica del laberinto y su relación con la vida, generando la pregunta; ¿Cómo encontrar salida a las dificultades?, así como otra basada en el cine foro, y el cómo solucionaron las dificultades para acercarse al cuerpo espín.</p>
19-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Barberos”: En esta actividad, cada persona escribe en una hoja grande o papel oficio su nombre y algunos detalles de su (edad, gustos, frases, entre otras... Lo que quieran). Se le coloca delante del pecho, para que luego todos los participantes se pasean por el lugar procurando relacionarse con los demás al leer lo escrito por el otro, y más aún si comparten algún detalle.</p> <p>Sesiones individuales: Se le da a cada uno una sopa de letras sobre valores, la cual deben resolver en un determinado tiempo. Para posteriormente, expresar mediante una acción corporal, cada una de las palabras o valores encontrados.</p> <p>Cine foro: Se les da la libertad de que escojan cualquier película que deseen ver y que la elijan mediante votación. Luego se realiza una plenaria de manera libre para que se expresen sobre la dinámica rompehielos y la sopa de letras, y de ¿cómo se sienten al estar participando con varias personas y luego resolver la sopa letras totalmente solos?, así como de que, si ¿necesitan de la compañía o se sienten mejor en soledad?</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos importantes, pero también se hace un análisis personal reflexionando sobre cada una de las actividades realizadas en estos talleres, y sobre la necesidad de apoyo que requieren estas personas habitantes de la calle.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

20-10-2023	<p>Actividades rompehielos: "La noticia": El encargado motiva al ejercicio físico diciendo: "A diario recibimos noticias, buenas o malas. Algunas de ellas han sido motivo de gran alegría, por eso las recordamos con mayor nitidez. Hoy vamos a recordar esas buenas noticias".</p> <p>Seguidamente, participantes deben anotar en una hoja las tres noticias más felices de su vida, mientras se mueven al ritmo de la música, y en plenario las personas comentan sus noticias: en primer lugar, lo hace el encargado, luego lo sigue el que esté a la derecha así sucesivamente hasta terminar. En cada ocasión, los demás pueden aportar opiniones y hacer preguntas.</p> <p>Sesiones individuales: Dentro de una caja se pone un espejo, y se les pide pasar (después de anunciarlo como algo fantástico), y observarse para luego describir lo que vieron en ese reflejo de ellos como persona.</p> <p>Cine foro: "McFarland: Sin límites": Posterior a la visualización, se les consulta a los presentes sobre cuál fue el mensaje que les dejó.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos relevantes, y se les recuerda que en la vida, las metas no tienen límites, pero que hay que trabajar duro para conseguirlas.</p>
23-10-2023	<p>Actividades rompehielos: "Sumando a mi lista": Se hacen dos grupos, en los cuales deben elaborar una lista escrita en papel con cosas para hacer en el entorno, tareas poco habituales. Ganando el grupo que complete primero la lista de tareas, mientras que los otros deben cumplirlas.</p> <p>Sesiones grupales: En los mismos grupos, opinan sobre las dificultades que tuvieron para conseguir los objetos que se les pidió, mientras que se va pasando una papa caliente.</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>Cine foro: “Salud Metal”: Posterior a la visualización, se escuchan las opiniones que tienen los presentes sobre este tema y su implicación en la sociedad, así como posibles aportes positivos que tiene la actividad física para preservarla.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos importantes, reforzando los comentarios con frases positivas, que colaboren a subir el deseo de colaboración de los participantes.</p>
24-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “Temores y esperanzas”: En una hoja de papel cada persona libremente escribe sus inquietudes, temores y esperanzas acerca de una situación que debe afrontar en su vida o en el grupo. Luego el encargado solicita que cada persona le informe los 2 temores y esperanzas más importantes para anotarlas en el tablero. Después de anotadas las respuestas, en conjunto se toman en consideración las dos de mayor frecuencia, para discutir sobre ellas.</p> <p>Sesiones grupales: Se realizan parejas entre los participantes para hacer una dinámica de interacción en la que deben compartir algunos sueños por cumplir que tuvieron o que aún mantienen para luego compartirlos.</p> <p>Cine foro: “La salud mental en los jóvenes”: Posterior a la visualización, se realiza un análisis sobre las actividades actuales que tienen los jóvenes en su cotidianidad para entretenerse, y pensar en algunas acciones que pueden generar más bien un declive en la salud mental de la sociedad.</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos relevantes, y se refuerza la sesión con el corto “Abstracto”, que colabore a la identificación de cada uno de los participantes y puedan expresar lo que sienten.</p>
25-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “El amigo secreto”: El encargado motiva el ejercicio haciendo notar que es importante actuar con sinceridad y evitar hacer bromas pesadas; de esta manera favorecerá la integración del grupo. Luego explica la</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>dinámica, donde cada persona debe sacar una ficha con el nombre de un compañero y guardarla en secreto. A esta persona debe brindarle su amistad durante el tiempo de la experiencia (un mes, si el grupo se reúne semanalmente) sin que éste lo descara.</p> <p>Sesiones grupales: Se aborda de una manera constructiva con los presentes, diferentes ideas de actividades físicas que se pueden realizar para distraerse sanamente y mantener una salud mental positiva, poniendo en práctica algunas de estas durante la sesión.</p> <p>Cine foro: “Amistad y buena salud – desde el Conocimiento”: Posterior a la visualización, se busca profundizar sobre la importancia de las relaciones interpersonales que deben tener las personas en la sociedad para adquirir salud mental.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos importantes, y se refuerzan con una reflexión “¡Sé positivo!”, que colabore a subir la autoestima de los participantes.</p>
26-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “El saco sorpresa”: Se meten en una bolsa o caja varios papeles, con diferentes acciones divertidas (cantar, rugir como león, bailar, entre otros). Los participantes pasarán la caja o bolsa, mientras escuchan la música y cuando la misma para, el que tenga la bolsa debe sacar un papel del interior y hacer lo que dice el mismo, y así sucesivamente hasta que no queden papeles.</p> <p>Sesiones grupales: Se comenta sobre la importancia que tiene la participación social de las personas para mantener una buena salud mental, y así mismo, contar sobre una experiencia en la que hayan participado en actividades físicas con otras personas que los haya hecho sentirse bien.</p> <p>Cine foro: Análisis del video “Ansiedad y ejercicio / actividad física para una mejor salud mental / vive sin ansiedad”: Posterior a la visualización, se busca entender la importancia e impacto que tiene la realización del ejercicio físico en la salud mental,</p>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

	<p>realizando un cuestionamiento interno basado en la presunta ¿soy capaz de cambiar mi vida, restaurando mi salud física y mental por medio de actividades sanas que me enriquezcan en diversos ámbitos?</p> <p>Retroalimentaciones: Se resaltan los puntos relevantes, para luego hacer una pequeña oración, dando gracias al todo poderoso por la oportunidad de estar participando de estas actividades y poder venir al hogar, fomentando así el ser agradecidos y generosos con ellos mismos y con los demás.</p>
27-10-2023	<p>Actividades rompehielos: “La pista falsa”: Cada participante debe presentarse y decir una mentira, las demás personas deben actuar como detectives y descubrir cuál es la mentira.</p> <p>Sesiones grupales: Se realiza una interacción con los participantes para hablar sobre ¿Cómo en ocasiones se afecta la propia salud física y mental con acciones cotidianas, que perjudican al mediano y largo plazo?</p> <p>Cine foro: “¿Sabes que la salud mental está relacionada con las adicciones?”: Posterior a la visualización, se indaga sobre el daño que se genera tanto en la salud mental, como física al desarrollar una adicción, pero también sobre la importancia de pedir ayuda para restaurarse y llevar una vida sana.</p> <p>Retroalimentaciones: Se rescatan los puntos importantes, reforzando con frases positivas, que colaboren a subir la autoestima de los participantes, así mismo, se les agradece por haber sido partícipes de todas las actividades realizadas durante las sesiones, y se les invita tratar de hacer un cambio en sus vidas para mejorar la calidad en cuanto a la salud física y mental, para luego agradecerles por la colaboración durante el tiempo compartido y se realiza una despedida.</p>

## **Formato presentación informe final de práctica dirigida**

### **Participantes**

Las personas que participaron de las actividades fueron principalmente los usuarios del Centro de Convivencia REDISH, quienes son habitantes de la calle, sin embargo, en ocasiones también se sumaron otras personas en ciertas sesiones, las cuales son voluntarias del lugar y asisten ciertos días de la semana para ayudar en la atención que brinda dicho centro.

Cabe resaltar que, del área administrativa estuvieron presentes casi en todo momento dos funcionarios, quienes ejercen las labores de trabajo social y psicología; esto para supervisar las actividades programadas, así como la participación y el comportamiento de los usuarios que fueron partícipes de las mismas, llegando a sumarse en algunas ocasiones a las actividades para tener mayor interacción con los presentes y darles más dinamismo a las sesiones.

Pese a que no siempre se mantuvieron presentes los treinta y cinco habitantes de la calle que asisten diariamente a este centro, sí se pudo contar con alrededor de catorce participantes de esta población, los cuales estuvieron presentes en la gran mayoría de las actividades planificadas que se realizaron durante los meses que se llevó a cabo dicha práctica dirigida.

### **Proceso de evaluación o seguimiento**

Durante el desarrollo de la práctica dirigida, se realizó un seguimiento del avance, participación y aprendizaje de las personas habitantes de la calle durante cada sesión; esto por medio de una retroalimentación en la cual podían interactuar y aportar de manera libre. Así mismo, durante este periodo también se realizaron breves reuniones con el personal administrativo del lugar para verificar si las actividades planificadas estaban siguiendo la línea adecuada en el abordaje de la salud mental y física de los participantes.

### **Consideraciones logísticas**

En cuanto a este apartado, es importante mencionar que sí existieron consideraciones importantes por el hecho de tratarse de una organización que trabaja con población vulnerable; recayendo así sobre el cuidado y la limitación en la cantidad de fotografías que se podían tomar

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

dentro del Centro de Convivencia REDISH; ya que se deben abordar y cumplir cada una de las normas que se tienen, y al mismo tiempo, respetar la privacidad de las personas usuarias del centro, ya que muchas de estas presentan problemas serios en las calles, haciendo que se genere un sentimiento de inseguridad por ser partícipes en fotografías que los puedan exponer ante las personas con las cuales tienen dichos conflictos.

**Resultados o vivencias**

Durante las horas de contacto que se tuvieron en el Centro de Convivencia REDISH, no solo se realizaron las actividades que se tenían planificadas en el papel enfocadas en trabajar la salud mental de los habitantes de la calle que asisten a dicho lugar, sino que también se brindó ayuda en las demás labores que se realizan a diario para lograr un buen funcionamiento en cuanto a la atención, el orden y el aseo del centro.

Parte de las labores en las que se brindó ayuda fueron: en la limpieza de las instalaciones, toma de datos para el registro al momento del ingreso de los habitantes de la calle, así como de su respectiva revisión para cerciorarse de que no ingresen armas, sustancias u otras cosas que estén restringidas por la administración del centro de atención. Así mismo, se brindó ayuda en la cocina, con el fin de agilizar los tiempos de comida y garantizarles una mejor atención a los usuarios.

Ciertamente, el hecho de participar en estas otras labores ajenas a lo planificado en el aspecto académico también dejan enseñanzas debido a que hace experimentar el trato que se les debe dar a los habitantes de la calle, sacando el lado más humano para atenderlos con dignidad y respeto; y a la vez, entendiéndolo difícil que puede llegar a ser el hecho de caer y permanecer en esta situación de calle, que día a día los pone en peligro al ser más vulnerables a factores que en ocasiones se suelen pasar por alto.

Sin embargo, volviendo a lo meramente planificado en relación al aspecto académico, se debe mencionar que, el punto más idóneo para resaltar durante el desarrollo de esta práctica dirigida es el hecho de que sí es posible solventar en gran medida la salud mental y física de los habitantes de la calle por medio de actividades simples y adecuadas para ellos, ya que esto estimula la

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

recuperación de habilidades y destrezas que tienen en el ámbito artístico, motriz, físico, mental e intelectual, que con el paso del tiempo han perdido debido a la situación en la que viven.

Esto quedó demostrado al aplicar cada una de las actividades planificadas y documentadas en las bitácoras de trabajo, ya que en las mismas se puede corroborar que en ciertos momentos las personas habitantes de la calle eran más flexibles o mostraban mayor entusiasmo y afinidad por realizar ciertas actividades acordes a sus gustos, pero al mismo tiempo podían ser más reservados en otras. Sin embargo, un punto a destacar es el desarrollo o descubrimiento de destrezas que muy posiblemente ya poseían pero que tenían tiempo de no ponerlas en práctica debido a la condición en la que se encuentran, e incluso por la atención que les habían brindado previo a la intervención.

Esto pasa a ser sumamente importante, ya que, aunque parecen actividades simples, generan un gran impacto en esta población, empezando por el hecho de que se les incluye y se les da un trato igualitario, a lo cual en muchas ocasiones no están acostumbrados debido a los diferentes problemas o situaciones que experimentan por su modo de vida. Esto fue comprendido más que todo en las actividades iniciales, como por ejemplo en las charlas introductorias de acercamiento, las actividades rompehielos, y los talleres temáticos. Así mismo, se pudo observar un mayor acercamiento y confianza en las sesiones individuales y las sesiones grupales, donde la mayoría de estas personas habitantes de la calle fueron más abiertas a compartir, analizar y replantear por qué se encuentran hoy por hoy en la situación de calle. Lo cual es muy provechoso, ya que permite entender más a fondo las luchas internas que presentan cada una de esas personas y al mismo tiempo da una visión de cómo pueden ser ayudados para salir adelante, manteniéndoles un enfoque o dándoles una perspectiva distinta de la vida por medio de las diferentes actividades desarrolladas como las predeportivas, resolución de rompecabezas y juegos de mesa, ya que las mismas ayudan no solo en el mantenimiento, sino que también en la restauración de la salud física y mental.

Por otro lado, hay que mencionar la importancia que tuvieron los cine foros, ya que al visualizar películas, cortometrajes y/o documentales que abordan temas de interés social y en algunas ocasiones, emparentados con la realidad en la que viven estas personas, hace que se generen criterios divididos pero provechosos para entender que son muchos los factores que pueden

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

Llevar a una persona a permanecer en estas situaciones, pero que también existen métodos o caminos para salir adelante e ir mitigando las problemáticas por medio de acciones y prácticas más sanas que promuevan los estilos de vida saludables y hábitos de autocuidado para mejorar la salud tanto física como mental.

Por consiguiente, queda reflejado con las realimentaciones que sí se pueden realizar mejoras significativas en la salud mental de estas personas por medio de prácticas simples pero directas. Lo cual deja como aprendizaje el hecho de que, todas las personas son seres integrales y por tanto, todo lo vivido, lo realizado, lo pensado y lo actuado ahora forma parte de sus vidas, envolviéndolos en nuevas realidades, generándoles un precedente que los puede marcar de manera positiva al sentirse escuchados y apoyados. Esto debido a que, es necesario estimular y promover los estilos de vida saludables y hábitos de autocuidado para incentivarles a estas personas un enfoque de vida un poco más optimista y tratable que los integre nuevamente a la sociedad de manera más segura.

Por tanto, se puede decir que este trabajo ha sido de gran provecho en el ámbito personal y profesional, ya que, el convivir y compartir con ellos invita a crear conciencia y reflexionar sobre la realidad que enfrentan; y confronta la manera en la que se toman las oportunidades. Así mismo, permite desarrollar una nueva perspectiva, más empática y consciente, sobre las desigualdades sociales y sobre el valor real de aquello que a menudo no se aprecia: la estabilidad, el acceso a recursos, la salud mental y emocional, entre otros aspectos fundamentales para una vida digna.

A su vez, esta experiencia deja en claro que, por más oportunidades valiosas de crecimiento que una persona pueda tener, nadie está completamente exento de verse involucrado o afectado por circunstancias adversas como las que atraviesan estas personas. Factores como problemas de salud, adicciones, desempleo o eventos traumáticos pueden llevar a cualquier individuo a una situación similar. Por lo que, al tomar en cuenta dichos aspectos, se puede decir que este trabajo también ha fortalecido el sentido de responsabilidad social, así como el compromiso por tener una visión más humana y comprensiva hacia los demás.

Formato presentación informe final de práctica dirigida

**Tabla 1**

*Aceptación de las Actividades Desarrolladas*

Actividad	Ítems			
	Mala (1)	Regular (2)	Buena (3)	Excelente (4)
Charlas introductorias de acercamiento			3	
Actividades rompehielos			3	
Talleres temáticos				4
Sesiones individuales			3	
Sesiones grupales				4
Actividades predeportivas				4
Resolución de rompecabezas			3	
Juegos de mesa				4
Cine foro				4
Retroalimentaciones				4

*Nota.* En esta tabla se muestra el nivel de aceptación que tuvieron las personas habitantes de la calle que se encontraban presentes durante las sesiones con respecto a las actividades planificada y desarrolladas en el Centro de Convivencia REDISH.

Los datos que se observan en la tabla 1, fueron tomados de las comunicaciones verbales que se tuvieron al momento de finalizar con las retroalimentaciones, debido a que las personas habitantes de la calle compartieron en este apartado su parecer en relación con todas las actividades desarrolladas durante la sesión. Estos datos o criterios se reflejaron posteriormente en las bitácoras de trabajo, de las cuales se pudieron extraer para separarlas en una tabla basada en una de las variaciones de la Escala de Likert, que define y divide de una manera sencilla (Mala=1, Regular=2, Buena=3 y Excelente=4), los niveles de aceptación para dichas respuestas brindadas por las personas consultadas.

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

Dicha tabla también deja en evidencia, que, aunque no todas las actividades desarrolladas tuvieron un “Excelente” nivel de aceptación, sí una mayoría las tuvieron, lo cual refleja un acierto en la selección de estas y un impacto positivo para su correcta realización. Así mismo, se puede visualizar que las actividades que tuvieron una menor aceptación no bajaron del criterio “Bueno”, lo cual muestra, que pese a no apegarse tanto a los gustos de las personas con las que se trabajó, tampoco fueron totalmente mal vistas al momento de realizarlas, solamente que eran de menor gusto o afinidad con respecto a las demás.

Este análisis es admisible debido a que el nivel de aceptación, aunque no es el objetivo principal, sí juega un papel importante en el cumplimiento de lo que se busca trabajar con las personas habitantes de la calle, ya que de esto depende la disposición que ellos puedan tener para realizar las actividades y sacarles el máximo provecho. De igual manera, esto contribuye de una manera indirecta en el estado de ánimo de dichas personas, haciéndolos olvidar ciertos problemas, desarrollando y despertando habilidades, e incluso generándoles un gusto por algo más sano que verdaderamente les trae beneficios, no solo en la salud física, sino que también en la parte mental, sumándose a su vez la parte social e inclusiva, que en muchas ocasiones pasa a ser nula o limitada.

**Tabla 2**

*Análisis y Criterios Personales sobre la Mejora de la Calidad de Vida*

Indicadores	Ítems		
	En desacuerdo (1)	Indiferente (2)	De acuerdo (3)
Quiero mejorar			3
Puedo mejorar			3
Voy a mejorar			3

*Nota.* La tabla anterior muestra el análisis y los criterios dados por la mayoría de las personas habitantes de la calle una vez finalizada toda la intervención con respecto a la mejora de la calidad de vida; esto por medio de tres indicadores.

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

Las respuestas plasmadas en la tabla 2, muestran el análisis y los criterios personales de la mayoría de los habitantes de la calle con respecto al deseo y compromiso por cambiar sus estilos de vida, así como sus hábitos de auto cuidado.

Dichos datos fueron tomados por medio de un sondeo realizado al momento de finalizar con las intervenciones en el Centro de Convivencia REDISH, e interpretadas por medio de una variación de la Escala de Likert, dividiendo de una manera sencilla (En desacuerdo=1, Indiferente=2 y De acuerdo=3), las respuestas dadas para los criterios de mejora.

En dicha tabla también se puede observar e interpretar partiendo de una mayoría de personas intervenidas y sondeadas, que sí existe un deseo por querer mejorar la calidad de vida, sea por medio de actividades como las planteadas y trabajadas, o por medio de otras, pero siempre queriendo dejar atrás la situación en la que se encuentran actualmente. Así mismo, cabe mencionar que en el segundo criterio, pese a que se tiene el deseo, también son realistas al momento de señalar que necesitan ayuda para lograrlo, ya que no se consideran del todo capaces para cambiar por sí solos; en gran parte por lo complicado que es dejar las drogas y salir de los problemas de una manera repentina sin tener alguna recaída.

Por último, y basándose en la tercera respuesta, queda claro el compromiso por cambiar, aunque sea de manera gradual pero buscando una mejora continua que les cambie la vida y que les mejore la salud tanto física como mental, la cual se ha visto comprometida y se ha deteriorado considerablemente con el paso del tiempo y el estilo de vida que llevan.

Por otro lado, cabe mencionar que en esta tabla solamente se ven reflejadas las respuestas dadas por la mayoría de las personas sondeadas, ya que existen casos aislados que no pretenden o quieren ser ayudados debido a que consideran que sus vidas están bien así; y aunque parezca paradójico, hay quienes consideran que esta es la vida que ellos mismos buscaron. Esto puede deberse a factores más profundos y personales como el tipo de crianza o situaciones que tuvieron que vivir cuando eran pequeños, que los hacen pensar que no es necesario o posible mejorar.

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

**Limitaciones**

Parte de las limitaciones que se generaron durante esta práctica dirigida, fue el compromiso y cumplimiento de todas las actividades por parte de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH, debido a que, por sus distintas situaciones de calle, en ocasiones se indisponen a realizar las actividades que se llevan planificadas para la sesión.

Sin embargo, esto es algo que no se puede generalizar, debido a que una gran mayoría de usuarios del Centro de Convivencia REDISH sí aceptaron ser partícipes de las actividades a desarrollarse durante el periodo en el que se realizó la práctica dirigida, mostrando un semblante positivo y activo para verse beneficiados y disfrutar realizando cosas distintas a las que cotidianamente deben vivir en las calles.

En cuanto al tiempo de trabajo, no hubieron mayores inconvenientes, ya que si se acortaba o alargaba el tiempo de una actividad por alguna razón propia o ajena a lo planificado, se recuperaba en el transcurso de la misma sesión gracias a la disposición que brindó la administración de este centro para tomar control y efectuar correctamente cada una de las actividades previstas para trabajar la salud mental de los habitantes de la calle durante el periodo solicitado para el desarrollo de la práctica dirigida.

**Recomendaciones**

Dentro del marco de recomendaciones se pueden mencionar las siguientes como un refuerzo para lo que ya se realiza en el Centro de Convivencia REDISH:

Trabajar en conjunto con otras entidades para brindar una atención médica integral por medio de programas de salud que incluyan chequeos médicos regulares, así como de salud mental que permitan conocer el estado en el que se encuentra cada uno de los usuarios.

Facilitar talleres de salud y bienestar en los que se les dé relevancia a la nutrición, higiene personal y ejercicio físico, con el fin de que los habitantes de la calle adquieran hábitos más saludables que les permitan tener una vida digna.

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

Ofrecer un apoyo psicológico que les garantice a los usuarios un respaldo para sobrellevar situaciones emocionales que muchas veces pueden generar recaídas.

Establecer actividades recreativas diarias para promover la participación y sana convivencia entre los usuarios del centro de convivencia.

Incentivar el desarrollo de habilidades motrices, creativas y constructivas que les brinde mayor oportunidad de integración social para que retomen sus vidas de una manera más sana y positiva.

Promover campañas de sensibilización y educación tanto para los habitantes de la calle, como para la población en general; esto con el fin de promover la empatía y el respeto entre todas las personas, así como también para evitar que más personas entren en ese mundo que degrada la vida y realza el sufrimiento diario.

Implementar un seguimiento periódico para evaluar el progreso que tienen los habitantes de la calle, una vez que se encuentran en recuperación para salir de las situaciones que han afectado considerablemente la salud física y mental.

**Conclusión**

Luego de haber finalizado con el desarrollo de esta práctica dirigida orientada a trabajar estilos de vida saludables y hábitos de autocuidado, con el propósito de promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH, se pueden generar múltiples conclusiones que reflejan tanto el impacto de la intervención como las necesidades persistentes de esta población vulnerable.

En primer lugar, se logró dar un paso significativo en cuanto a la atención, valoración y recuperación del bienestar integral de personas que históricamente han sido marginadas por la sociedad. La intervención permitió visualizar la compleja realidad emocional, marcada por el abandono, la exclusión y la falta de oportunidades. A través de este proceso, se evidenció cómo el

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

acompañamiento profesional y humano puede influir positivamente en su estado emocional, ayudándoles a recuperar la esperanza y fortalecer su sentido de pertenencia.

Por otro lado, las actividades planificadas y ejecutadas no solo cumplieron con el objetivo de promover la salud física y mental, sino que también despertaron en los participantes un interés por la reinserción social. Muchos de ellos demostraron habilidades y talentos que habían quedado ocultos bajo años de negligencia y carencias. El entorno seguro y empático brindado por el Centro de Convivencia REDISH fue fundamental para que pudieran expresarse y compartir libremente, pero sobre todo, comenzar a verse a ellos mismos como sujetos capaces de transformación.

Asimismo, la práctica dirigida resaltó la importancia de brindar una atención integral, que no se limite únicamente a intervenciones médicas o psicológicas puntuales, sino que abarque todos los aspectos de la vida humana: el cuerpo, la mente, las relaciones sociales y la autoestima. La combinación de talleres, espacios de escucha, dinámicas grupales y orientación personalizada permitió crear un ambiente de confianza enfocado en aprender, pero también en sanar.

Esta experiencia reafirma la urgente necesidad de consolidar políticas públicas y programas permanentes que trabajen en pro de la inclusión social de las personas habitantes de la calle. Ya que, la pandemia dejó secuelas profundas en la salud mental de muchas personas, teniendo efectos devastadores en quienes no contaban con redes de apoyo ni con un hogar donde resguardarse. Por ello, intervenciones como esta se vuelven indispensables para mitigar las secuelas emocionales y sociales del aislamiento, la inseguridad y la incertidumbre que dejó la crisis sanitaria.

Además, se hace evidente el poder transformador de la resiliencia cuando se brinda un entorno adecuado para que esta florezca. Varios de los participantes mostraron avances notables en su capacidad para afrontar las adversidades y adaptarse a nuevas rutinas saludables. Esto indica que, pese a las condiciones desfavorables que enfrentan, las personas habitantes de la calle tienen un potencial de recuperación si cuentan con los recursos adecuados y el acompañamiento necesario.

Finalmente, esta práctica dirigida no solo aportó beneficios a los participantes sino que también al profesional en formación, debido a la sensibilización frente a realidades distintas,

### **Formato presentación informe final de práctica dirigida**

desarrollo de empatía y fortalecimiento de las competencias éticas y sociales. El contacto directo con la población permitió comprender la importancia de un enfoque humano y contextualizado en el abordaje de problemáticas sociales complejas, subrayando la responsabilidad colectiva que se tiene como sociedad en la construcción de entornos más justos, inclusivos y compasivos.

### **Aplicaciones prácticas**

El trabajar la salud mental con habitantes de la calle, no es un tema que se debe tomar a la ligera, debido a que, es una población que debe ser tratada con cuidado, ya que los problemas o situaciones que poseen estas personas pueden jugar en contra si no se tiene el tacto suficiente para abordar temas delicados por medio de actividades físicas, recreativas y mentales como las que se desarrollaron con esta población.

Por consiguiente, el hecho de haber trabajado este tema que en ocasiones se deja de lado, pero que también es relevante al igual que la salud física, pasa a ser bastante enriquecedor para todas las partes involucradas, por el hecho de que da en primer lugar una apertura al desenvolvimiento profesional y humano para tratar con personas que muchas veces son apartadas de la sociedad debido a sus problemas, generando un rechazo y una brecha que se puede corregir al tener un buen manejo en la atención de las necesidades evidentes pero poco tratadas en los habitantes de la calle.

En el quehacer profesional de los educadores físicos y promotores de la salud, es positivo el animarse a trabajar con estas poblaciones, ya que pone a recapacitar, entender y asimilar las situaciones que estas personas viven desde un punto de vista más cercano, ya que son los mismos habitantes de la calle los que comparten sus vivencias en carne propia, y; esto sirve para que los profesionales en las áreas mencionadas estén más preparados para enfrentar o trabajar en un futuro con poblaciones vulnerables que requieren una atención más profunda, especializada y humana.

Igualmente, pone a pensar sobre el impacto positivo que puede generar la actividad física para mejorar la calidad de vida de las personas, al trabajarse la salud mental, que en la mayoría de las ocasiones afecta el rendimiento y el desenvolvimiento de las personas de una manera silenciosa.

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

**Referencias**

- Astorquiza, J. S. (2017). Salud mental en el habitante de calle, usuario de la Casa de Paso Camino de Esperanza, desde un enfoque humanista integral. *Boletín Informativo CEI*, 4(2), 34-39. <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/1367/1331>
- Castellanos-Villamil, N. M. (2019). *¿Cómo la configuración del espacio tiene incidencia en la salud mental?* [Trabajo de grado, Universidad Católica de Colombia] Repositorio Institucional U Católica. <https://repository.ucatolica.edu.co/server/api/core/bitstreams/35a52619-5a70-4e52-bdae-bda2fd281163/content>
- Conde, S. E., López-Sánchez, C. V. y Velasco, M. P. (2022). Relación entre la Actividad Física e indicadores de Salud Mental. *Acta de Investigación Psicológica*, 12(2), 106-119. <https://www.scielo.org.mx/pdf/aip/v12n2/2007-4719-aip-12-02-106.pdf>
- Correa, A. M. y Zapata, P. J. (2007). La otra ciudad: Los habitantes de la calle. *PROSPECTIVA Revista de Trabajo Social e Intervención Social*, (12), 181-204. <https://revistapropectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/960/1079>
- Cruz-Sánchez, E., Moreno-Contreras, M. I., Pino-Ortega, J. Martínez-Santos, R. (2011). Actividad física durante el tiempo libre y su relación con algunos indicadores de salud mental en España. *Salud Mental*, 34, 45-52. <https://www.scielo.org.mx/pdf/sm/v34n1/v34n1a6.pdf>
- Franco, G. L., Aguirre, C.J., Ponce de León, A.C., Robles, H. G. y Montes, M. K. (2024). Intersecciones entre la salud mental y la actividad física: revisión de beneficios y mecanismos neurofisiológicos. *Revista Científica y Académica Vitalia*, 4(2), 303-325. <https://revistavitalia.org/index.php/vitalia/article/view/137/213>
- Gallegos, M., Zalaquett, C., Luna, S. S., Mazo-Zea, R., Ortiz-Torres, B., Penagos-Corzo, J. C., Portillo, N., Torres, F. I., Urzúa, A., Morgan, C. M., Polanco, F. A., Florez, A. M. y Lopes, M. R. (2020). Cómo afrontar la pandemia del Coronavirus (COVID-19) en las Américas: recomendaciones y líneas de acción sobre salud mental. *Revista Interamericana de*

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

*Psicología*, 54(1), 1-28. <https://rephip.unr.edu.ar/server/api/core/bitstreams/00dbaad8-cd2b-45b8-919e-ced378ea63be/content>

Hernández, R. J. (2020). Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas. *Revista Científica Mediacentro Electrónica*, 24(3), 578-594. <http://scielo.sld.cu/pdf/mdc/v24n3/1029-3043-mdc-24-03-578.pdf>

Martínez-Soto, J., Montero-López, L. y Córdova, V. A. (2014). Restauración psicológica y naturaleza urbana: algunas implicaciones para la salud mental. *Salud Mental*, 37, 217-224. <https://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2014/sam143e.pdf>

Matsudo, S. (2012). Actividad Física: Pasaporte Para La Salud. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(3), 209-217. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864012703036>

Melgosa, J. (2017). Preservando la salud mental. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 7(2), 1-6. <https://www.redalyc.org/pdf/4676/467652767009.pdf>

Parra, Z. D. y Montoya, V. Y. (2024). *Revisión sistemática sobre la salud mental de los habitantes de la calle consumidores de Sustancias Psicoactivas (SPA) en el contexto colombiano desde el 2014 a 2021* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio UNIMINUTO. <https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/7baa95da-e61c-45bc-a6d8-dd68c8e3cb97/content>

Piña, C. L. (2022). En medio de los medios, o la situación de calle como retórica de la marginación. *Revista CUHSO*, 32(2), 138-166. <https://www.scielo.cl/pdf/cuhsotem/v32n2/2452-610X-cuhsotem-00102.pdf>

Ramírez, W., Vinaccia, S. y Ramón, S. G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales*, 67-75. <https://journals.openedition.org/revestudsoc/24704#quotation>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

Reyes-Molina, D., Nazar, G., Cigarroa, I., Zapata-Lamana, R., Aguilar-Farias, N., Parra-Rizo, M.

A. y Albornoz-Guerrero, J. (2022). Comportamiento de la actividad física durante la pandemia por COVID-19 y su asociación con el bienestar subjetivo y salud mental en estudiantes universitarios en Chile. *Terapia Psicológica*, 40(1), 23-48. <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v40n1/0718-4808-terpsicol-40-01-0023.pdf>


Rodríguez-Romo, G., Barriopedro, M., Alonso, S. P. , Garrido-Muñoz, M. (2015). Relaciones entre Actividades Física y Salud Mental en la Población Adulta de Madrid. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2), 233-239. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235141413005.pdf>

Saldívar-Garduño, A. y Ramírez-Gómez, K. E. (2020). Salud mental, género y enseñanza remota durante el confinamiento por el Covid-19 en México. *Revista de la Facultad de Psicología*, (23), 11-40. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7838725>

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**

**Anexos**

**Anexo 1: Pronunciamento razonado de persona tutora y lectores**



**Modelo TFG.03.1.**  
**Pronunciamento Razonado de Persona Tutora y Lectoras:**  
**Producto Final**

18 de Junio de 2025

**Comisión Trabajo Final de Graduación**  
**Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida**  
**Universidad Nacional**

Como comité asesor del Trabajo Final de Graduación (TFG) titulado "Estilos de Vida Saludable y Hábitos de Autocuidado, para Promover la Salud Mental Postpandemia en Habitantes de la Calle que Asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón", y en apego al Reglamento General del Proceso de Enseñanza y Aprendizaje de la Universidad Nacional, declaramos que:

- Hemos dado seguimiento y asesoría a la elaboración de este TFG.
- Este producto final cumple con la calidad, rigurosidad académica y requisitos para presentarse a la debida defensa pública como TFG de la licenciatura respectiva.
- El Comité Asesor cuenta con experiencia demostrada en el área del conocimiento en que se desarrolla el TFG.
- Al menos una de las personas miembro de este Comité Asesor ejerce funciones académicas en la Escuela CIEMHCAVI.
- El Comité Asesor cuenta con un grado académico igual o superior al grado por el que opta este TFG.
- No tenemos relación familiar de ninguna persona proponente, hasta tercer grado de consanguinidad o afinidad.
- Hemos analizado, recomendamos y avalamos la presentación de este TFG ante la comisión de TFG de la Escuela CIEMHCAVI.

Adicionalmente, indicamos que el anteproyecto se enfocará en el siguiente detalle:

Título del TFG  
Modalidad

<input checked="" type="checkbox"/> Práctica dirigida	<input type="checkbox"/> Artículo Científico
<input type="checkbox"/> Seminario de graduación	<input type="checkbox"/> Proyecto de Graduación
<input type="checkbox"/> Evento Especializado	<input type="checkbox"/> Producción Didáctica
<input type="checkbox"/> Reconocimiento de Producción Académica	

Cantidad de estudiantes  
Licenciatura

<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4
<input checked="" type="checkbox"/> Promoción de la Salud Física y Movimiento Humano			
<input type="checkbox"/> Preparación Física y Readaptación Física-Deportiva			

Finalmente, indicamos que de aceptarse el TFG para defensa pública, contamos con la siguiente disponibilidad horaria:

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Mañana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Tarde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

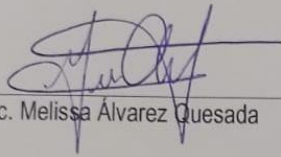
**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO  
HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

**Formato presentación informe final de práctica dirigida**



**Modelo TFG.03.1.**  
**Pronunciamento Razonado de Persona Tutora y Lectoras:**  
**Producto Final**

Observaciones:



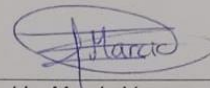
Lic. Melissa Álvarez Quesada

Docente de Educación Física -  
Escuela El Carmen de Cajón  
melial\_17@yahoo.com  
6056 2249



Lic. Marilú de los Angeles  
Navarro Zúñiga

Docente de Educación  
Religiosa - Escuela IDA Jorón  
marilu82010@gmail.com  
8655 4393



Lic. Marcia Venegas Fonseca

Docente de I y II Ciclo -  
Escuela Peñas Blancas  
marciavf05mvf@gmail.com  
8564 1440

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Anexo 2: Evaluación de la tutora Lic. Melissa Álvarez Quesada

Rubro	EXCEPCIONAL=50	EXCELENTE=40	MUY BUENO=30	BUENO=20	REGULAR=10	DEFICIENTE=0	Total
Elección del tema y definición del problema	La elección del tema y la definición del problema son excepcionales, demostrando una comprensión profunda y una clara relevancia en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son excelentes, mostrando una comprensión sólida y una relevancia destacada en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son muy buenos, demostrando una comprensión notoria y una relevancia alta en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son buenos, con una comprensión adecuada y relevancia en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son regulares, con falta de profundidad en la comprensión y relevancia limitada en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son deficientes, mostrando una comprensión pobre y falta de relevancia en la investigación.	50
Calificación							0
Planificación y Organización del Proceso	La planificación y organización del proceso son excepcionales, con una estructura sólida y cumplimiento perfecto de los plazos.	La planificación y organización del proceso son excelentes, con una estructura muy buena y cumplimiento destacado de los plazos.	La planificación y organización del proceso son muy buenos, con una estructura notoria y cumplimiento adecuado de los plazos.	La planificación y organización del proceso son buenos, con una estructura adecuada y cumplimiento satisfactorio de los plazos.	La planificación y organización del proceso son regulares, con una estructura débil y cumplimiento limitado de los plazos.	La planificación y organización del proceso son deficientes, con falta de estructura y cumplimiento de los plazos.	50
Calificación							0
Progreso y cumplimiento de plazos	El progreso y el cumplimiento de plazos son excepcionales, cumpliendo de manera perfecta y oportuna con todos los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son excelentes, cumpliendo de manera destacada y oportuna con la mayoría de los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son muy buenos, cumpliendo de manera notoria y oportuna con la mayoría de los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son buenos, cumpliendo de manera adecuada y oportuna con la mayoría de los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son regulares, cumpliendo de manera limitada y con retrasos en algunos hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son deficientes, con un incumplimiento significativo de los hitos del proyecto.	50
Calificación							0
Adaptabilidad y resolución de problemas	La adaptabilidad y la resolución de problemas son excepcionales, demostrando una capacidad sobresaliente para enfrentar desafíos y obstáculos.	La adaptabilidad y la resolución de problemas son excelentes, con una capacidad destacada para enfrentar desafíos y obstáculos.	La adaptabilidad y la resolución de problemas son muy buenos, con una capacidad notoria para enfrentar desafíos y obstáculos.	La adaptabilidad y la resolución de problemas son buenos, con una capacidad adecuada para enfrentar desafíos y obstáculos.	La adaptabilidad y la resolución de problemas son regulares, con dificultades para enfrentar desafíos y obstáculos.	La adaptabilidad y la resolución de problemas son deficientes, con una incapacidad significativa para enfrentar desafíos y obstáculos.	50
Calificación							0
Comunicación y colaboración mutua	La comunicación y colaboración son excepcionales, con una comunicación efectiva y una colaboración destacada con la persona tutora y otros colaboradores, si los hubo.	La comunicación y colaboración son excelentes, con una comunicación efectiva y una colaboración sólida con la persona tutora y otros colaboradores, si los hubo.	La comunicación y colaboración son muy buenos, con una comunicación efectiva y una colaboración notoria con la persona tutora y otros colaboradores, si los hubo.	La comunicación y colaboración son buenos, con una comunicación efectiva y una colaboración adecuada con la persona tutora y otros colaboradores, si los hubo.	La comunicación y colaboración son regulares, con comunicación limitada y falta de colaboración con la persona tutora y otros colaboradores, si los hubo.	La comunicación y colaboración son deficientes, con falta de comunicación y colaboración con la persona tutora y otros colaboradores, si los hubo.	50
Calificación							0
Presentación de método o procedimiento de manera clara según aplique	La presentación del método o procedimiento es excepcionalmente clara y detallada, permitiendo una comprensión completa de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es excelente, siendo muy clara y detallada, y facilitando una comprensión sólida de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es muy buena, siendo clara y detallada, y permitiendo una comprensión notoria de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es buena, siendo adecuada y clara, y detallada, y permitiendo una comprensión notoria de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es regular, con falta de claridad y detalle, lo que dificulta la comprensión de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es deficiente o inexistente, lo que impide la comprensión de la metodología.	50
Calificación							0
Observaciones							0
Calificación final							300
Porcentaje							10

205899898

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Rubro	EXCEPCIONAL=50	EXCELENTE=40	MUY BUENO=30	BUENO=20	REGULAR=10	DEFICIENTE=0	Total
Contextualización del tema y revisión de literatura	La elección del tema y la definición del problema son excepcionales, demostrando una comprensión profunda y una clara relevancia en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son excelentes, mostrando una comprensión sólida y una relevancia destacada en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son muy buenos, demostrando una comprensión notoria y una relevancia alta en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son buenos, con una comprensión adecuada y relevancia en la investigación.	La elección del tema y la definición del problema son regulares, con falta de profundidad en la comprensión y relevancia limitada en	La elección del tema y la definición del problema son deficientes, mostrando una comprensión pobre y falta de relevancia en la investigación.	50
Calificación	50						50
Método o abordaje de la temática	La planificación y organización del proceso son excepcionales, con una estructura sólida y cumplimiento perfecto de los plazos.	La planificación y organización del proceso son excelentes, con una estructura muy buena y cumplimiento destacado de los plazos.	La planificación y organización del proceso son muy buenos, con una estructura notoria y cumplimiento adecuado de los plazos.	La planificación y organización del proceso son buenos, con una estructura adecuada y cumplimiento satisfactorio de los plazos.	La planificación y organización del proceso son regulares, con una estructura débil y cumplimiento limitado de los plazos.	La planificación y organización del proceso son deficientes, con falta de estructura y incumplimiento de los plazos.	50
Calificación	50						50
Presentación de resultados, vivencias o productos	El progreso y el cumplimiento de plazos son excepcionales, cumpliendo de manera perfecta y oportuna con todos los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son excelentes, cumpliendo de manera destacada y oportuna con la mayoría de los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son muy buenos, cumpliendo de manera notoria y oportuna con la mayoría de los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son buenos, cumpliendo de manera adecuada y oportuna con la mayoría de los hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son regulares, cumpliendo de manera limitada y con retrasos en algunos hitos del proyecto.	El progreso y el cumplimiento de plazos son deficientes, con un incumplimiento significativo de los hitos del proyecto.	50
Calificación	50						50
Aplicación práctica del producto final	La presentación del método o procedimiento es excepcionalmente clara y detallada, permitiendo una comprensión completa de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es excelente, siendo muy clara y detallada, y facilitando una comprensión sólida de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es muy buena, siendo clara y detallada, y permitiendo una comprensión notoria de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es buena, siendo adecuada y clara, y detallada, y permitiendo una comprensión notoria de la metodología.	La presentación del método o procedimiento es regular, con falta de claridad y detalle, lo que dificulta la comprensión de la	La presentación del método o procedimiento es deficiente o inexistente, lo que impide la comprensión de la metodología.	50
Calificación	50						50
Observaciones							
Calificación final						200	200
Porcentaje						40	40

*[Handwritten signature]* 205899898

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Anexo 3: Evaluación de la asesora Lic. Marilú de los Ángeles Navarro Zúñiga

Rubro	EXCEPCIONAL=50	EXCELENTE=40	MUY BUENO=30	BUENO=20	REGULAR=10	DEFICIENTE=0	Total	
<b>Relevancia y Contexto</b>	El informe demuestra una comprensión profunda y excepcional de cómo la práctica se relaciona con el campo de estudio y su contexto. Ofrece una perspectiva única y contribuye significativamente a la comprensión del tema.	El informe establece claramente la relevancia de la práctica en el contexto, destacando su importancia y contribución al campo de estudio.	El informe presenta una conexión sólida entre la práctica y el contexto, destacando su relevancia y contribución al campo.	El informe identifica adecuadamente la relevancia de la práctica en el contexto, aunque podría ser más claro y detallado.	El informe proporciona información básica sobre la relevancia de la práctica, pero carece de profundidad en la explicación.	El informe no establece de manera clara la relevancia de la práctica en el contexto o no lo hace en absoluto.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Estructura lógica y fluidez de redacción</b>	El informe ofrece una explicación excepcionalmente clara y completa de los antecedentes relacionados con la práctica. La comprensión de los antecedentes es profunda y enriquecedora.	El informe explica de manera excelente los antecedentes relacionados con la práctica, proporcionando una base sólida para la comprensión.	El informe presenta una explicación muy buena de los antecedentes, lo que facilita la comprensión, aunque podría ser más detallada en algunos aspectos.	El informe explica adecuadamente los antecedentes, aunque con algunas limitaciones en la claridad o la profundidad.	El informe ofrece una explicación básica de los antecedentes, con dificultades en la claridad y la profundidad.	El informe no explica de manera clara los antecedentes o lo hace de manera insatisfactoria.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Explicación de antecedentes de manera clara</b>	El informe ofrece una explicación excepcionalmente clara y completa de los antecedentes relacionados con la práctica. La comprensión de los antecedentes es profunda y enriquecedora.	El informe explica de manera excelente los antecedentes relacionados con la práctica, proporcionando una base sólida para la comprensión.	El informe presenta una explicación muy buena de los antecedentes, lo que facilita la comprensión, aunque podría ser más detallada en algunos aspectos.	El informe explica adecuadamente los antecedentes, aunque con algunas limitaciones en la claridad o la profundidad.	El informe ofrece una explicación básica de los antecedentes, con dificultades en la claridad y la profundidad.	El informe no explica de manera clara los antecedentes o lo hace de manera insatisfactoria.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Descripción clara y concisa de la práctica</b>	La descripción de la práctica es excepcionalmente clara, concisa y detallada, proporcionando una imagen completa y profunda de la experiencia.	La descripción de la práctica es excelente en términos de claridad y concisión, ofreciendo una visión completa y detallada de la experiencia.	La descripción de la práctica es muy buena, siendo clara y concisa en la mayoría de los aspectos, aunque podría haber más detalles en algunas áreas.	La descripción de la práctica es buena, aunque puede haber ciertas áreas donde la claridad o la concisión necesitan mejorar.	La descripción de la práctica es básica y carece de detalles en algunos aspectos, lo que dificulta la comprensión.	La descripción de la práctica es confusa y poco concisa, dificultando la comprensión general.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Presentación clara de las actividades y cumplimiento de cronograma</b>	El informe presenta de manera excepcionalmente clara todas las actividades realizadas durante la práctica, demostrando un cumplimiento sobresaliente del cronograma.	El informe presenta de manera excelente todas las actividades realizadas durante la práctica, destacando un cumplimiento sólido del cronograma.	El informe presenta de manera muy buena la mayoría de las actividades realizadas durante la práctica y evidencia un cumplimiento satisfactorio del cronograma.	El informe presenta adecuadamente la mayoría de las actividades realizadas durante la práctica, aunque podría ser más claro en algunos aspectos.	El informe muestra debilidades en la presentación de las actividades y el cumplimiento del cronograma, lo que dificulta la comprensión.	El informe carece de claridad en la presentación de las actividades y evidencia un cumplimiento significativo del cronograma.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Habilidad para presentar los resultados y describir las vivencias</b>	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es excepcional, demostrando un alto nivel de habilidad y profundidad en la narración.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es excelente, destacando la habilidad y la riqueza en la narración.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es muy buena, con una narración que capta la atención y profundidad en la descripción.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es buena, aunque podría ser más impactante en algunos aspectos.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es básica, con una narración que no destaca en particular.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es deficiente, sin captar la atención y careciendo de profundidad.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Descripción de recomendaciones y conclusiones</b>	La descripción de recomendaciones y conclusiones es excepcional, proporcionando recomendaciones claras y conclusiones profundas y significativas que resumen de manera rigurosa la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es excelente, con recomendaciones claras y conclusiones que destacan su importancia y ofrecen una sólida base de la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es muy buena, con recomendaciones claras y conclusiones que resumen de manera efectiva la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es buena, aunque podría ser más impactante en algunos aspectos, proporcionando recomendaciones claras y conclusiones que resumen la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es básica, con recomendaciones y conclusiones que carecen de profundidad o claridad en algunos aspectos.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es deficiente, sin ofrecer recomendaciones claras y conclusiones que carecen de profundidad y nitidez.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Aplicaciones prácticas</b>	Las aplicaciones prácticas presentadas en el informe son excepcionales y demuestran un profundo entendimiento de cómo los conocimientos teóricos se aplican en situaciones reales. Las contribuciones son innovadoras y tienen un impacto significativo.	Las aplicaciones prácticas son excelentes y demuestran un alto nivel de comprensión de cómo aplicar los conocimientos teóricos en situaciones reales. Las contribuciones son vívidas y efectivas.	Las aplicaciones prácticas son muy buenas, mostrando una comprensión sólida de cómo aplicar los conocimientos teóricos en la práctica. Las contribuciones son relevantes y eficaces.	Las aplicaciones prácticas son buenas y reflejan una comprensión adecuada de cómo aplicar los conocimientos teóricos en situaciones reales. Las contribuciones son satisfactorias.	Las aplicaciones prácticas son básicas y muestran limitaciones en la comprensión de cómo aplicar los conocimientos teóricos en la práctica. Las contribuciones son mínimas.	Las aplicaciones prácticas son deficientes y muestran una falta de comprensión de cómo aplicar los conocimientos teóricos en la práctica. Las contribuciones son irrelevantes o ineficaces.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Observaciones</b>								
<b>Calificación final</b>							400 50	
<b>Porcentaje</b>							0 0	
							400 50	

*Marilú de los Ángeles Navarro Zúñiga*  
108730437

Formato presentación informe final de práctica dirigida


Anexo 4: Evaluación de la asesora Lic. Marcia Venegas Fonseca

Rubro	EXCEPCIONAL=50	EXCELENTE=40	MUY BUENO=30	BUENO=20	REGULAR=10	DEFICIENTE=0	Total	
<b>Relevancia y Contexto</b>	El informe demuestra una comprensión profunda y excepcional de cómo la práctica se relaciona con el campo de estudio y su contexto. Ofrece una perspectiva única y contribuye significativamente a la comprensión del tema.	El informe establece claramente la relevancia de la práctica en el contexto, destacando su importancia y contribución al campo de estudio.	El informe presenta una conexión sólida entre la práctica y el contexto, destacando su relevancia y contribución al campo.	El informe identifica adecuadamente la relevancia de la práctica en el contexto, aunque podría ser más clara y detallada.	El informe proporciona información básica sobre la relevancia de la práctica, pero carece de profundidad en la explicación.	El informe no establece de manera clara la relevancia de la práctica en el contexto o no lo hace en absoluto.		
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Estructura lógica y fluidez de redacción</b>	El informe ofrece una explicación excepcionalmente clara y completa de los antecedentes relacionados con la práctica. La comprensión de los antecedentes es profunda y enriquecedora.	El informe explica de manera excelente los antecedentes relacionados con la práctica, proporcionando una base sólida para la comprensión.	El informe presenta una explicación muy buena de los antecedentes, lo que facilita la comprensión, aunque podría ser más detallada en algunos aspectos.	El informe explica adecuadamente los antecedentes, aunque con algunas imprecisiones en la claridad o la profundidad.	El informe ofrece una explicación básica de los antecedentes, con dificultades en la claridad y la profundidad.	El informe no explica de manera clara los antecedentes o lo hace de manera ininteligible.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Explicación de antecedentes de manera clara</b>	El informe ofrece una explicación excepcionalmente clara y completa de los antecedentes relacionados con la práctica. La comprensión de los antecedentes es profunda y	El informe explica de manera excelente los antecedentes relacionados con la práctica, proporcionando una base sólida para la comprensión.	El informe presenta una explicación muy buena de los antecedentes, lo que facilita la comprensión, aunque podría ser más detallada en algunos aspectos.	El informe explica adecuadamente los antecedentes, aunque con algunas imprecisiones en la claridad o la profundidad.	El informe ofrece una explicación básica de los antecedentes, con dificultades en la claridad y la profundidad.	El informe no explica de manera clara los antecedentes o lo hace de manera ininteligible.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Descripción clara y concisa de la práctica</b>	La descripción de la práctica es excepcionalmente clara, concisa y detallada, proporcionando una imagen completa y profunda de la experiencia.	La descripción de la práctica es excelente en términos de claridad y concisión, ofreciendo una visión completa y detallada de la experiencia.	La descripción de la práctica es muy buena, siendo clara y concisa en la mayoría de los aspectos, aunque podría haber más detalles en algunas áreas.	La descripción de la práctica es buena, aunque puede haber ciertas áreas donde la claridad o la concisión necesitan mejorar.	La descripción de la práctica es básica y carece de detalles en algunos aspectos, lo que dificulta la comprensión.	La descripción de la práctica es confusa y poco concisa, dificultando la comprensión general.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Presentación clara de las actividades y cumplimiento de cronograma</b>	El informe presenta de manera excepcionalmente clara todas las actividades realizadas durante la práctica, demostrando un cumplimiento sobresaliente del cronograma.	El informe presenta de manera excelente todas las actividades realizadas durante la práctica, destacando un cumplimiento sólido del cronograma.	El informe presenta de manera muy buena la mayoría de las actividades realizadas durante la práctica y evidencia un cumplimiento satisfactorio del cronograma.	El informe presenta adecuadamente la mayoría de las actividades realizadas durante la práctica, aunque podría ser más claro en algunos aspectos.	El informe muestra debilidades en la presentación de las actividades y el cumplimiento del cronograma, lo que dificulta la comprensión.	El informe carece de claridad en la presentación de las actividades y evidencia un incumplimiento significativo del cronograma.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Habilidad para presentar los resultados y describir las vivencias</b>	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es excepcional, demostrando un alto nivel de habilidad y profundidad en la narración.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es excelente, destacando la habilidad y la riqueza en la narración.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es muy buena, con una narración que capta la atención y profundidad en la descripción.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es buena, aunque podría ser más impactante en algunos aspectos.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es básica, con una narración que no destaca en particular.	La presentación de los resultados y descripción de las vivencias es deficiente, sin captar la atención y careciendo de profundidad.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Descripción de recomendaciones y conclusiones</b>	La descripción de recomendaciones y conclusiones es excepcional, proporcionando recomendaciones claras y conclusiones profundas y aplicativas que resumen de manera magistral la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es excelente, con recomendaciones claras y conclusiones que destacan su importancia y ofrecen una síntesis sólida de la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es muy buena, con recomendaciones claras y conclusiones que resumen de manera efectiva la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es buena, aunque podría ser más impactante en algunos aspectos, proporcionando recomendaciones claras y conclusiones que resumen la experiencia de la práctica.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es básica, con recomendaciones y conclusiones que carecen de profundidad o claridad en algunos aspectos.	La descripción de recomendaciones y conclusiones es deficiente, sin ofrecer recomendaciones claras y conclusiones que carezcan de profundidad y aplicabilidad.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Aplicaciones prácticas</b>	Las aplicaciones prácticas presentadas en el informe son excepcionales y demuestran un profundo entendimiento de cómo los conocimientos teóricos se aplican en situaciones reales. Las contribuciones son innovadoras y tienen un impacto significativo.	Las aplicaciones prácticas son excelentes y demuestran un alto nivel de comprensión de cómo aplicar los conocimientos teóricos en situaciones reales. Las contribuciones son valiosas y efectivas.	Las aplicaciones prácticas son muy buenas, mostrando una comprensión sólida de cómo aplicar los conocimientos teóricos en la práctica. Las contribuciones son relevantes y eficaces.	Las aplicaciones prácticas son buenas y reflejan una comprensión adecuada de cómo aplicar los conocimientos teóricos en situaciones reales. Las contribuciones son satisfactorias.	Las aplicaciones prácticas son básicas y muestran limitaciones en la comprensión de cómo aplicar los conocimientos teóricos en la práctica. Las contribuciones son mínimas.	Las aplicaciones prácticas son deficientes y muestran una falta de comprensión de cómo aplicar los conocimientos teóricos en la práctica. Las contribuciones son irrelevantes o ineficaces.		50 0
<b>Calificación</b>							50 0	
<b>Observaciones</b>								
<b>Calificación final</b>							400 50	
<b>Porcentaje</b>							400 80	

*Marcia*  
1-12570372

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Anexo 5: Bitácoras



Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

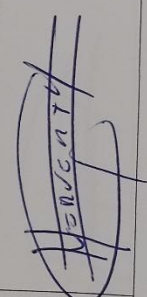
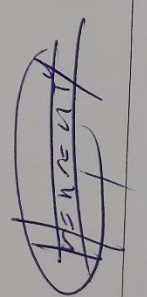
*Bitácora Práctica Dirigida*

*Estilos de Vida Saludables y Hábitos de Autocuidado, para Promover la Salud Mental Postpandemia en Habitantes de la Calle que Asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón*

Yurgen Darío Angulo Navarro

Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional de Costa Rica, Heredia, Costa Rica.

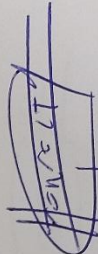
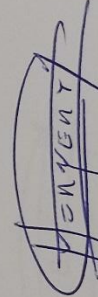
**Tabla 1. Bitácora de Práctica Dirigida**

Fecha	Objetivo	Población impactada	Materiales y recursos	Procedimiento	Resultados y observaciones	Problemas y soluciones	Horas contacto	Conforme de persona tutora/ supervisora
1/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.	Personas habitantes de la calle.	No se requieren.	Se realizó una breve presentación ante las personas presentes para explicarles el motivo de la visita y lo que se trabajará durante los próximos dos meses.  A sí mismo, se brindó ayuda en los quehaceres del lugar.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
5/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.	Personas habitantes de la calle.	No se requieren.	Se brindó ayuda en los quehaceres del lugar y se compartió con las personas habitantes de la calle presentes en el lugar.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

CIEMHCAVI  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

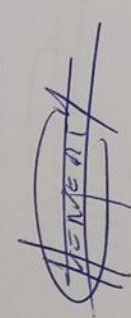
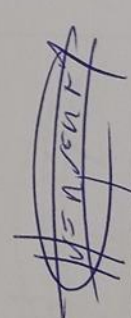
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

7/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.	Personas habitantes de la calle.	No se requieren.	Se brindó ayuda en los quehaceres del lugar y se compartió con los habitantes de la calle presentes en el lugar.	No aplica.	No aplica	6 horas.	
11/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.  Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.	Personas habitantes de la calle.	No se requieren.	Se inició con una charla introductoria de acercamiento, luego se realizó una actividad rompehielos (Historia grupal), posteriormente el taller temático (Importancia del compartir) para terminar con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
12/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en	Personas habitantes de la calle.	Papeles, lápices y bolsa plástica.	Se inició con una charla introductoria de acercamiento, luego se realizó una actividad rompehielos (De quien será esta historia), posteriormente el taller	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

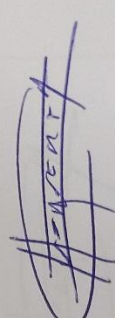
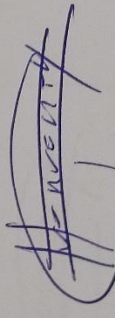
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	<p>los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>			<p>temático (Perder el miedo de compartir vivencias) para terminar con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.</p>				
13/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	No se requieren.	<p>Se inició con una charla introductoria de acercamiento, luego se realizó una actividad rompehielos (Cosas en común), posteriormente el taller temático (Muchas coincidencias), para terminar con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.</p>	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
 ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

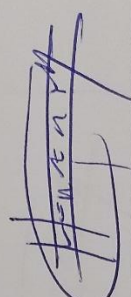
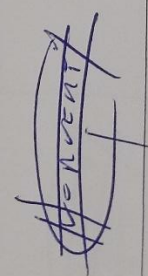
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

14/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	No se requieren.	Se inició con una charla introductoria de acercamiento, luego se realizó una actividad rompehielos (El mesero), posteriormente el taller temático (Derecho a equivocarse) para terminar con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
15/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia</p>	Personas habitantes de la calle.	Globos y pelota de goma.	Se inició con una charla introductoria de acercamiento, luego se realizó una actividad rompehielos (Globo viejo), posteriormente el taller temático (Se pierde y se gana en la vida) para terminar con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA


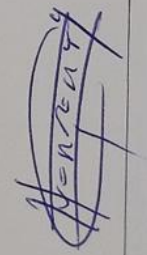
Formato presentación informe final de práctica dirigida

Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	REDISH por medio de retroalimentaciones semanales.							
18/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentaciones semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Charolas, zancos, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Carreras en zancos), luego se realizó el taller temático (Fragilidad de la vida), para después hacer un cine foro (Volver a creer), terminando con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
19/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias</p>	Personas habitantes de la calle.	Pelota de plástico, silbato, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Papa caliente), luego se realizó el taller temático (Participar o ser participe de la sociedad), para después hacer un cine foro (Donde esté tu corazón), terminando con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

Formato presentación informe final de práctica dirigida


Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentaciones semanales.							
20/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.  Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentaciones semanales.	Personas habitantes de la calle.	Pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Naufragio del barco), luego se realizó el taller temático (En tierra firme), para después hacer un cine foro (Naufrago), terminando con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
21/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro	Personas habitantes de la calle.	Cubo Rubik, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Canasta revuelta), luego se realizó el taller temático (Resolviendo problemas), para después hacer un cine foro (La carrera perfecta), terminando con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida



Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida


	de Convivencia REDISH.  Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.							
22/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.  Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.	Personas habitantes de la calle.	Pañuelos, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Charadas), luego se realizó el taller temático (Compartiendo con otros), para después hacer un cine foro (Cuerdas), terminando con una realimentación sobre la sesión del día tocando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
25/9/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud	Personas habitantes de la calle.	Globos, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Que no caiga el globo), luego se prosiguió con la sesión individual (consultas y	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

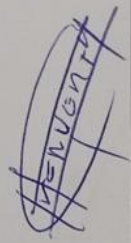

	<p>mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>			<p>diálogos sobre la participación), para después hacer un cine foro (El Puente), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.</p>					
26/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Espejo, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Pasando el gesto), luego se prosiguió con la sesión individual (Reflejo de las acciones), para después hacer un cine foro (Tamara), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.		


**UNA**  
CIEMHCAVI

CIEMHCAVI  
 ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO  
 HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida



Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

27/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Monedas impresas en papel, pantalla plan, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (El año de la moneda o país de origen) luego se prosiguió con la sesión individual (consultas, diálogos y reflexión sobre el valor de las personas), para después hacer un cine foro (Valoración de la diversidad e identidad cultural), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
28/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia</p>	Personas habitantes de la calle.	Vasos desechables, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Construyendo con vasos desechables), luego se prosiguió con la sesión individual (Preguntas y respuestas sobre la interacción), para después hacer un cine foro (Corazón de campeón), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida


Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	REDISH por medio de retroalimentación semanales.							
29/9/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Cartones de bingo impresos en papel, tómbola con papeles, golosinas varias, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (El bingo de los valores) luego se prosiguió con la sesión individual (consultas y diálogos basados en la actividad anterior), para después hacer un cine foro (Lala Luna), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
2/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora</p>	Personas habitantes de la calle.	Pelota de plástico y rompecabezas.	Se inició con una actividad rompehielos (El rey de los elementos) luego se prosiguió con la sesión grupal (Expresión libre), para después continuar con los juegos de mesa (Rompecabezas en grupo), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida


Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	<p>centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>							
3/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro</p>	Personas habitantes de la calle.	Papeles, lapicero, cartas UNO, tableros de ajedrez.	Se inició con una actividad rompehielos (Mi nuevo nombre) luego se prosiguió con la sesión grupal (Uno en grupos), para después continuar con los juegos de mesa (Partidas de Tablero por parejas), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA


Formato presentación informe final de práctica dirigida

Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

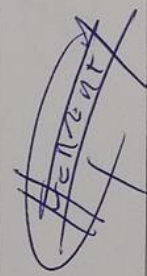
	<p>de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>							
4/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de</p>	Personas habitantes de la calle.	Caramelos varios, pantalla plana y Monopolio.	Se inició con una actividad rompehielos (Caramelos) luego se prosiguió con la sesión grupal (Visualización y diálogo sobre e cortometraje Verdadera amistad), para después continuar con los juegos de mesa (Monopolio), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida



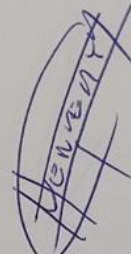
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	<p>la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>							
5/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Tiza y Cuatro en línea.	Se inició con una actividad rompehielos (Las islas) luego se prosiguió con la sesión grupal (Sensaciones y comparaciones con la realidad, basándose en la actividad anterior), para después continuar con los juegos de mesa (Cuatro en línea en parejas), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

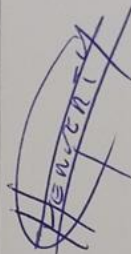
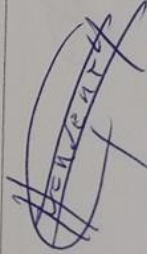
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

6/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Trompos.	Se inició con una actividad rompehielos (Casa, inquilino y terremoto) luego se prosiguió con la sesión grupal (Conversatorio libre sobre la actividad rompehielos), para después continuar con los juegos de mesa (Competencia de trompos), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
9/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en</p>	Personas habitantes de la calle.	Balones y rompecabezas.	Se inició con una actividad rompehielos (El rey del Buchi Bucha) luego se prosiguió con las actividades predeportivas (Balón al aire), para después continuar con la	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

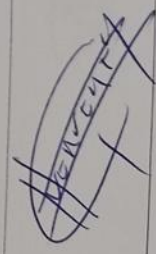
Formato presentación informe final de práctica dirigida

Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	<p>los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>			<p>resolución de rompecabezas (Rompecabezas con temática de reyes), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.</p>					
10/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de</p>	<p>Personas habitantes de la calle.</p>	<p>Papeles con dibujos, lápices de colores, rompecabezas y chocolates.</p>	<p>Se inició con una actividad rompehielos (La carga eléctrica) luego se prosiguió con las actividades predeportivas (Coloreando dibujos que los identifican), para después continuar con la resolución de rompecabezas (Rompecabezas con temática de naturaleza), terminando con una realimentación sobre la</p>	No aplica.	No aplica.	6 horas.		

Formato presentación informe final de práctica dirigida


Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	<p>mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>			sesión del día resaltando los puntos más relevantes.				
11/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que</p>	Personas habitantes de la calle.	Caja de cartón, papeles, cuerda y rompecabezas.	Se inició con una actividad rompehielos (La caja de sorpresas) luego se prosiguió con las actividades predeportivas (Saltando a la cuerda), para después continuar con la resolución de rompecabezas (Rompecabezas con temática de ciudades), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

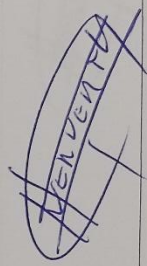
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida


	<p>asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>							
12/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en</p>	Personas habitantes de la calle.	Balón y rompecabezas.	Se inició con una actividad rompehielos (Qué pasaría si...) luego se prosiguió con las actividades predeportivas (Dominando el balón), para después continuar con la resolución de rompecabezas (Rompecabezas con temática de animales), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida



	los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.							
13/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Desarrollar propuestas de mejora centralizadas en el movimiento humano que contribuyan a la salud mental de los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de</p>	Personas habitantes de la calle.	Papeles, lápices y rompecabezas.	Se inició con una actividad rompehielos (Dibujo a ciegas), luego se prosiguió con las actividades predeportivas (Pases con balón estando en círculo, con eliminación), para después continuar con la resolución de rompecabezas (Rompecabezas con temática de deportes), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	


**UNA**  
CIEMHCAVI

CIEMHCAVI  
 ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO  
 HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida


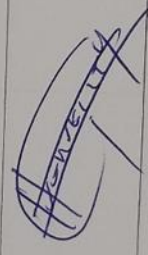
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	retroalimentación es semanales.							
16/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Desatar el nudo humano), luego se prosiguió con las sesiones individuales (Dialogo y análisis sobre las percepciones que tuvo cada participante con la actividad anterior enfocada en el compañerismo), para después continuar con el cine foro (Conflictos), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
17/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de</p>	Personas habitantes de la calle.	Pelotas de plástico, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (La pelota preguntona) luego se prosiguió con las sesiones individuales (Memorización y capacidad de pensamiento para recordar y relacionar palabras claves con situaciones cotidianas), para después continuar con el cine foro (Haz que tu vida brille ayudando a los demás), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

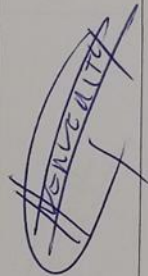
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.							
18/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Papeles con laberintos impresos, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Pedro llama a...) luego se prosiguió con las sesiones individuales (Laberinto impreso para compararlo con las decisiones que hay que tomar en la vida), para después continuar con el cine foro (Un cuerpo espín en navidad), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
19/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p>	Personas habitantes de la calle.	Papeles, lápices, papeles con sopas de letras, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Barberos), luego se prosiguió con las sesiones individuales (Sopa de letras sobre valores para luego representar con acciones corporales cada una de las palabras encontradas), para después continuar con el cine foro (Elección libre de película que desean ver), terminando	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

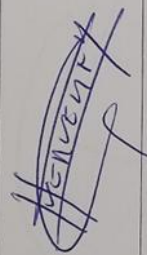
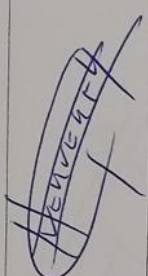
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.			con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.				
20/10/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.  Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.	Personas habitantes de la calle.	Papeles, pantalla plana, celular, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (La noticia), luego se prosiguió con las sesiones individuales (Reflejo en el espejo para compararlo con la vida real), para después continuar con el cine foro (McFarland), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	
23/10/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de	Personas habitantes de la calle.	Papeles, lápices, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Sumando a mi lista), luego se prosiguió con las sesiones grupales (Papa caliente mientras se analiza la actividad anterior y la dificultad que tuvieron para conseguir el objetivo),	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

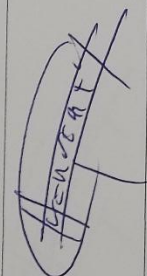
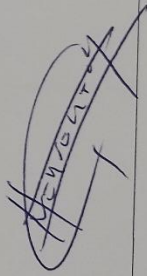
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	<p>la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>			<p>para después continuar con el cine foro (Salud Mental), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.</p>					
24/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Papeles, lápices, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (Temores y esperanzas), luego se prosiguió con las sesiones grupales (Diálogo en parejas sobre sueños por cumplir, para después continuar con el cine foro (La salud mental en los jóvenes), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.		
25/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas</p>	Personas habitantes de la calle.	Pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (El amigo secreto), luego se	No aplica.	No aplica.	6 horas.		

**CIEMHCAVI**  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

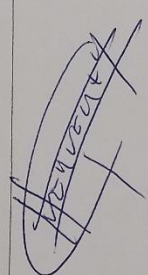
Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

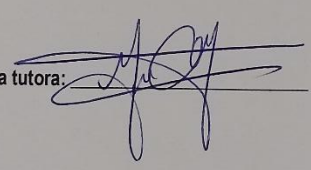
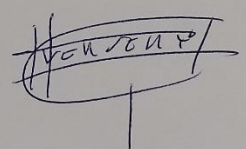
	enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.  Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentaciónes semanales.			prosiguió con las sesiones grupales (Ideas de actividades físicas para distraerse y mantener la salud mental), para después continuar con el cine foro (Amistad y buena salud), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.				
26/10/2023.	Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.  Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de	Personas habitantes de la calle.	Bolsa plástica, pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (El saco sorpresa), luego se prosiguió con las sesiones grupales (Diálogo sobre la importancia de la participación social para mantener la salud mental), para después continuar con el cine foro (Ansiedad y ejercicio / actividad física para una mejor salud mental / vive sin ansiedad), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

CIEMHCAVI  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Modelo TFG.05.  
Formato de Bitácora de Práctica Dirigida

	retroalimentación es semanales.							
27/10/2023.	<p>Planificar actividades recreativas enfocadas en promover la salud mental postpandemia en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH.</p> <p>Evaluar las distintas estrategias implementadas en los habitantes de la calle que asisten al Centro de Convivencia REDISH por medio de retroalimentación es semanales.</p>	Personas habitantes de la calle.	Pantalla plana, parlante y wifi.	Se inició con una actividad rompehielos (La pista falsa), luego se prosiguió con las sesiones grupales (Dialogo sobre la afectación de la propia salud física y mental con acciones que perjudican a mediano y largo plazo), para después continuar con el cine foro (¿Sabes que la salud mental está relacionada con las adicciones?), terminando con una realimentación sobre la sesión del día resaltando los puntos más relevantes.	No aplica.	No aplica.	6 horas.	

Nombre y firma conforme persona tutora:  

CIEMHCAVI  
ESCUELA DE CIENCIAS DEL MOVIMIENTO  
HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

Formato presentación informe final de práctica dirigida

Anexo 6: Restricción de fotografías



San Isidro de El General,  
Pérez Zeledón, San José.

Señores:

Comisión de Trabajos Finales de Graduación.

Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida.

Universidad Nacional de Costa Rica.

Estimados Señores:

Por este medio hacemos de su conocimiento que, debido a las reglas establecidas en el Centro de Convivencia REDISH, donde el estudiante Yurgen Darío Angulo Navarro, cédula 118230320, se encuentra realizando su Práctica Dirigida titulada "Estilos de Vida Saludable y Hábitos de Autocuidado, para Promover la Salud Mental Postpandemia en Habitantes de la Calle que Asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón". Se restringe la toma de fotografías dentro del lugar, a menos que sean abaladas por algún funcionario del Centro de Convivencia REDISH, debido a que gran parte de la población atendida prefiere salvaguardar su identidad e integridad, debido a problemas que pueden suscitar con personas ajenas a la institución.

A sí mismo, apegándose a la solicitud de los usuarios, se les respeta su decisión y se les brinda un respaldo en cuanto a la mantención de esta medida para tener una sana convivencia, siendo un derecho de cada persona.

Sin más por el momento, agradeciendo la atención a la misma y a las disposiciones establecidas por la ONG, nos suscribimos.



Mario Escudero Hervert  
Administrador  
Centro de Convivencia REDISH



Formato presentación informe final de práctica dirigida

Anexo 7: Cumplimiento de horas



San Isidro de El General,  
Pérez Zeledón, San José.

Señores:

Comisión de Trabajos Finales de Graduación.

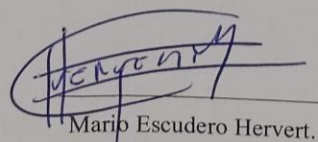
Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida.

Universidad Nacional de Costa Rica.

Estimados Señores:

El presente escrito tiene como finalidad hacer de su conocimiento que el estudiante Yurgen Darío Angulo Navarro, cédula 118230320, cursante de la Licenciatura en Promoción de la Salud y Movimiento Humano; ha completado con éxito las 210 horas de contacto correspondiente a su Práctica Dirigida titulada “Estilos de Vida Saludable y Hábitos de Autocuidado, para Promover la Salud Mental Postpandemia en Habitantes de la Calle que Asisten al Centro de Convivencia REDISH en San Isidro de El General, Pérez Zeledón”. Mismas horas que fueron contabilizadas a partir del 11 de Setiembre del 2023 que inició con las intervenciones, hasta el 27 de Octubre del 2023 que finalizó con estas. Apegándose en todo momento al horario y las directrices establecidas por la institución.

Dichas horas de contacto fueron supervisadas en todo momento por el personal, por lo que damos fe de su cumplimiento.



Marijo Escudero Hervert.  
Administrador.

Centro de Convivencia REDISH.



Anexo 8: Evidencias



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



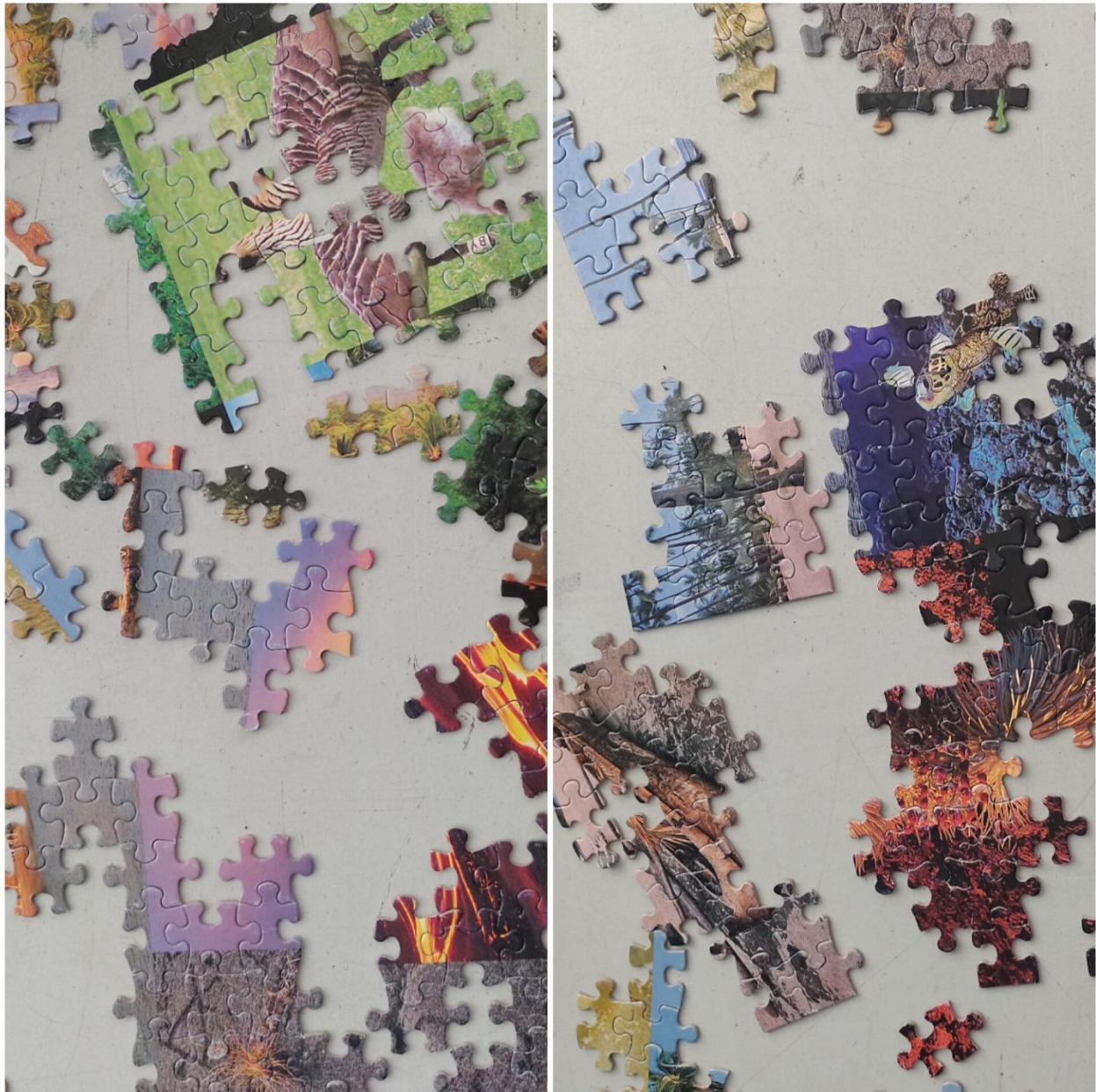
Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida



Formato presentación informe final de práctica dirigida

