ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO CUIDADO TRANSITORIO DÍA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 1 Fecha: Memo I2023036946 - 28/11/2023 Pagina: 1 de 1

Fecha de ejecución:	4	7	2024	

Unidad Operativa:	Villa Kennedy		
Componente de Atención:	OCUPACION HUMANA		
Línea de Atención:	Movilizando habilidades, capacidades y potencialidades	Profesional a cargo:	SILVIA CRISTINA DIAZ ROJAS
Nombre de la actividad:	FRECUENCIA SENSORIAL		

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Promover en las personas mayores, su participación en actividades ludico- recreativas, orientadas al reconocimiento de sus habilidades y capacidades; fomentado a su vez la integración y sana convivencia dentro del servicio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

El objetivo de las actividades de integración sensorial para personas mayores es promover y mantener el bienestar físico y emocional a través de estímulos sensoriales controlados y adaptados a sus necesidades específicas. Estas actividades están diseñadas para; Proporcionar experiencias sensoriales que involucren la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato de manera segura y placentera. Mejorar la coordinación y el equilibrio: Actividades que implican movimientos controlados y precisos para fortalecer la coordinación motora y mantener el equilibrio. Fomentar la concentración y la atención: Ejercicios que requieran concentración en estímulos específicos, mejorando así la capacidad de atención. Promover la relajación y reducir el estrés: Utilizar estímulos sensoriales suaves y agradables para ayudar a reducir la ansiedad y mejorar el estado de ánimo.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se convoca a la poblacion de personas mayores a compartir espacios de bienestar integral sensibilizando al grupo respecto a los beneficios de asistir a las actividades propuestas, a fin de regular periodos de estrés y expresion de sentimientos. Una vez se realiza explicacion del objetivo se socializan las recomendaciones para utilizar el espacio, se organiza a las personas mayores en colchonetas, se orienta a realizar establecer una adecuada postura, se brinda explicacion de las actividades a realizar, meditacion guiada por medio de musica, realizando ejercicos a su vez de respiracion.
MOMENTO CENTRAL	Una vez se organiza el grupo en el salón sensorial se desarrolla la actividad con ejercicios de respiración diafragmática, se realiza estimulación de sentidos por medio de aromas, luces y música (vista, oído, tacto y olfato), observando en los participantes receptividad y mejorando su estado de ánimo y reduciendo la ansiedad, se genera dinámica de escucha de música relajante con sonidos de la naturaleza, se hace entrega de objetos con diferentes texturas (suaves, rugosos, fríos y cálidos). Durante la actividad se exponen aromas agradables o tocar texturas suaves se logra reducir niveles de estrés y ansiedad en las personas mayores. Adicionalmente se realiza relajación muscular de cada una de las partes del cuerpo con meditación guiada, se observa receptividad y comodidad del grupo durante el desarrollo de la actividad.
MOMENTO FINAL	Para concluir, se realizaron ejercicios de respiración profunda y estiramientos suaves. Estos ejercicios son esenciales para ayudar a los participantes a finalizar la actividad con una sensación de calma y relajación. La guía se enfocó en técnicas simples que los participantes pueden utilizar en su vida diaria para reducir el estrés y mejorar su bienestar general. Se realiza agradecimiento a todas las personas mayores por su participación activa y su disposición a experimentar nuevas sensaciones. Se destaca la socialización de los logros individuales.

RECURSOS

Salon sensorial, luces, musica relajante, objetos con texturas, esencias y colchonetas.	HUMANOS: -Personas Mayores -Profesional de Terapia Ocupacional

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Se realiza evaluación con el grupo de personas mayores permitiendo exponer sus experiencias individuales, quienes manifiestan su agrado y satisfacción por la actividad refiriendo mayor descanso y relajación, además de su interés por continuar utilizando el espacio. Se proporcionó información adicional sobre futuras actividades y recursos disponibles para que los participantes puedan seguir explorando y beneficiándose de la integración sensorial. Los participantes manifiestan su cambio de animo de manera positiva, adicionalmente se recomiendo realizar ejercicios de respiración en lo posible de manera diaria. Se recomienda generar dentro de las rutinas diarias espacios cortos de relajacion a fin de hacer cocniencia corporal y bajar niveles de estres. Adicionakmente se felicita al grupo por particiar con respeto por el tiempo de actividad y sguimiento de instrucciones.

FUDESOL
Fundación Social Para el Desarrollo Humano
Nit: 900 295 709 -3

CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024		
4/07/2024	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:** FRECUENCIA RECEPTIVA -SALON SENSORIAL	**RESPONSABLE: SILVIA DIAZ** Terapia Ocupacional







