ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Página: 1 de 2

1.	Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de Cuidado	1.1.	Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar Casa Nostra

1.2 Localidad: Tunjuelito

2.	2.1. Fecha de Ejecución:							
	1	11	2024	al	29	11	2024

2.2. Nombre del encuentro: Estimulación Sensorial

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación:
Myriam Yaneth Fuentes Hernandez
Jose Henry Cifuentes Villabon
Claudia Esperanza Torres Sosa
Neyla Constanza Rodríguez Franky

3.1. OBJETIVO GENERAL

Mantener la sensibilidad sensorial de las personas mayores a través de la activación y el fortalecimiento de sus sentidos, facilitando una mejor integración sensorial, cognitiva, emocional y social. Mediante la exposición a diversos estímulos que promueven el bienestar físico y mental, favoreciendo la percepción sensorial, la cognición, la comunicación, la movilidad y la relajación

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

FISIOTERAPIA Promover por medio de la estimulación de los diferentes sentidos una percepción del cuerpo y su posición en el espacio lo que ayuda a la coordinación de movimientos mantener el equilibrio y mejorar la postura

PSICOLOGÍA: Desarrollar actividades, donde las personas mayores tengan vinculación al espacio proporcionado por la comunidad de cuidado, el cual; tiene como propósito la estimulación sensorial.

GERONTOLOGÍA Mantener las funciones cognitivas emocionales y físicas reduciendo la ansiedad el estrés y la depresión proporcionado una mejora calidad de vida y bienestar en las personas mayores

TERAPIA OCUPACIONAL Estimular y mejorar la percepción sensorial y la respuesta a los mismos, mejorando la destreza manual, aumentando la conciencia corporal y disminuyendo el deterioro sensorial en las personas mayores

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

FISIOTERAPIA: :
ACTIVIDAD 1 - Propiocepcion y audición : 6/11/2024: Se desplaza a las personas mayores al salon multisensorial donde se explica la actividad de estimulacion por medio de ambientacion musucal con diferentes instrumentos musicales y propioceptiva como la capacidad que tiene el cuerpo para percibir su posicion y movimiento en el espacio, explicando los beneficios y la importancia para evitar caidas en este caso se convocaron personas mayores que conservan el patron de la marcha y se desplazan con la silla ruedas y caminadores de forma independiente.
ACTIVIDAD 2 -Visual: 8/11/2024: Se realiza invitacion a las personas mayores al salon multisensorial donde se realiza la actividad de estimulacion del sentido de la vista, ubicando a las personas frente a una terapia con luces y colores donde se explica la actividad y se dispone a realizarla
ACTIVIDAD 3 -Tacto: 18/11/2024: Se convocan a las personas mayores con funcionalidad cognitiva y física disminuida, se realiza una explicacionde la actvidad y los beneficios que le trae la estimulacion del tacto por medio del masaje mejorando la funcion sensorial y preveniendo la atrofia sensorial.
ACTIVIDAD 4 - Olfato y Gusto 20/11/2024: Se realiza invitacion a las personas mayores al salón sensorial para nuestra actividad oliendo y recordando.Utilizaremos frascos que contienen,café,avena,esencias,una banda para cubrir los ojos.

PSICOLOGÍA:
ACTIVIDAD 1 - Creando sensaciones: 07/11/2024 Se invita a las personas mayores a participar en la actividad que se llevará a cabo en el salón sensorial, con el objetivo de explorar los sentidos a través del olfato, la audición, el tacto y la vista.
ACTIVIDAD 2 - Ven a disfrutar: 08/11/2024 Tras una observación y consulta, se selecciona a un grupo de personas mayores para que sean llevados al salón sensorial, con el fin de realizar una actividad enfocada en la activación sensorial.
ACTIVIDAD 3 - Descubriendo: 12/11/2024 Se invita a un grupo de personas mayores a participar en el salón sensorial para disfrutar de los diversos elementos disponibles, los cuales están destinados a estimular los sentidos de los participantes.
ACTIVIDAD 4 - Mis sentidos: 29/11/2024 A través de esta actividad, se invita a un grupo de personas mayores a sumarse a la estrategia sensorial, con el propósito de ofrecer ejercicios orientados a la estimulación sensorial.

GERONTOLOGÍA:
ACTIVIDAD 1- Vista y Audio- 01/11/2024: Se socializa a las personas mayores que se encuentran en el salón sensorial, la finalidad de la dinámica y el objetivo que se ha planteado con antelación.
ACTIVIDAD 2- Vista y Tacto: 06/11/2024: Se vinculan en la actividad a las personas mayores quienes requieren de gran motivación para vincularse en las actividades a desarrollar y a quienes en ocasiones se les debe dar directrices a repetición.
ACTIVIDAD 3 - Olfato y Tacto- 07/11/2024: Estando las personas mayores en el salón sensorial se les socializa que el sentido del olfato es la puerta de entrada hacia el reconocimiento de los alimentos, entorno y aún las personas que nos rodean.

Scanned with CamScanner

	Se les pregunta sobre cuales creen que pueden ser los medios para estimular estos órganos de los sentidos y los beneficios de esta actividad. **ACTIVIDAD 4 - Gusto y audio- 19/11/2024:** Se realiza una actividad de estimulación sensorial enfocada en el sentido del tacto y del gusto. Se reúnen a las personas mayores en el salón sensorial en donde se hace uso de elementos con varias texturas y tamaños, balones sensoriales y alimentos. Habiendo ofrecido previamente una introducción sobre la actividad se dá inicio a la misma.
	TERAPIA OCUPACIONAL **ACTIVIDAD 1. EJERCICIO VESTIBULAR 08-11-2024.**Invitar y trasladar a las personas mayores al salón sensorial.Necesitamos balones sensoriales,sonido,velas aromáticas,elementos del panel sonoro. **ACTIVIDAD 2. OÍDO-VISTA. "Dentro de la orquesta" 13-11-2024.**Las personas mayores son ubicadas en salón sensorial situados específicamente hacia la proyección de pantalla para que puedan visualizar el contenido. Allí se les da a conocer artistas en 3 géneros diferentes: Clásico, Rock, y música colombiana. **ACTIVIDAD 3.CINCO SON MIS DEDOS CINCO MIS SENTIDOS 19-11-2024.**Invitar y llevar a las personas mayores al salón sensorial para la actividad "Teléfono Roto".Utilizamos vasos y cuerdas. **ACTIVIDAD 4 .OIDO- BASAL "TERAPIA PARA NOSOTROS"27-11-2024** En salón sensorial, se preparan instrumentos musicales, equipo de sonido y silla con vibración. Se les da a conocer el proposito de la actividad la cual cada compañero pasará a la silla, mientras los demás estan interpretando un instrumento musical en acompañamiento de musica de fondo a través del equipo de sonido.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**FISIOTERAPIA:** **ACTIVIDAD 1 : Propiocepcion :** Se ubican las personas mayores en el salon sensorial en forma de circulo se utilizan balones terapeuticos se realiza flexiones con las manos apoyadas en una pelota inclinando el tronco hacia adelante y luego hacia atras La inestabilidad de la pelota activa los músculos centrales y mejora la propiocepción. se realiza en miembros inferiores colocando las piernas sobre la pelota **ACTIVIDAD 2:Tacto:** Se ubican el el salon Multisensorial en primer lugar se realiza un auto masaje con crema hidratante donde identifican el estado de su piel,así mismo proporcidando masajes suaves e hidratacion en las manos y rostro, se utilizan diferente elementos como libro de texturas, gauntes de texturas, se exlica a la actividad se pasa un objeto por las manos y se pide que indique si se trata de un textura áspera o suave se les pedirle que describa las características de los mismos. **ACTIVIDAD 3 :Vislón** : Se realiza la actividad por medio de juego de luces donde se identifican en primer luar diferentes formas y colores tambien se realiza por medio de la presentacion de diferentes objetos donde ellos inicaban la forma el color ydiferentes caracteristicas. **ACTIVIDAD 4: Olfato y gusto:** Se reúnen a las personas mayores se explica la actividad se vendan los ojos previamente se utilizan diferentes sabores y olores para fomentar el sentido del olfato podemos que olfateen varios tipos de aromas para que se reconozcan y se indique a cuál pertenece cada una de ellos (limón, café, ajo etc.). Del mismo modo, estimulamos el sentido del gusto dando a probar diferentes tipos de sabores para que se tenga que reconocer cada uno de ellos. cómo limon, cafe, caramelo, galleta salada
	PSICOLOGÍA **ACTIVIDAD 1 Creando sensaciones:** En esta actividad, las personas mayores escuchan sonidos de la naturaleza proyectados en el salón sensorial. A partir de esto, se realiza un ejercicio de respiración con el fin de promover la relajación y mejorar la concentración, para luego introducir sonidos de objetos como campanas o el palo de agua, entre otros. **ACTIVIDAD 2 Ven a disfrutar:** A través de una cortina musical que se reproduce en el salón sensorial, se lleva a cabo una lectura, invitando a las personas mayores a seguir la historia y participar activamente en el proceso, con el objetivo de fomentar su atención y vinculación. **ACTIVIDAD 3 Descubriendo:** Mediante la estimulación cognitiva proporcionada por los instrumentos disponibles en el salón sensorial, cada persona mayor interactúa con ellos realizando movimientos que permiten percibir las notas musicales de instrumentos como la guitarra, el arpa y el piano. A continuación, se invita a describir las sensaciones que cada nota evoca. **ACTIVIDAD 4 Mis sentidos:**En esta actividad, los participantes reciben diferentes elementos del salón sensorial y se les asigna una tarea guiada para explorar las sensaciones táctiles en su cuerpo. Esto incluye frotar guantes con texturas en los brazos y cuello, así como oler diversas fragancias, describiendo las sensaciones y efectos que el olfato les provoca.
	GERONTOLOGÍA: **ACTIVIDAD 1 -Vista y Audio:** Se acomodan a las personas mayores en el salón se solicita a los presentes se analicen las figuras proyectadas y que tratemos de definir figuras de mayor tamaño; tanbien se escucha un audio de relajación dirigiga " Un minuto con Dios". **ACTIVIDAD 2- Vista y Tacto:** Se pide a las personas mayores que cierren los ojos, se les dan elementos de varias formas.....las cuales ellos las relacionan con elementos que conocen y/o recuerdan de alguna epoca de su trayecto de vida. **ACTIVIDAD 3- Olfato y Tacto:** Habiendo vendado los ojos previamente se da a las personas mayores alimentos como sal, miel, gotas de jugo de mandarina y un trocito de pan; alimentos de los cuales deben describir su sabor, textura y aroma. **ACTIVIDAD 4- Gusto y audio:** Se les solicita a las personas mayores que permitan les sean bendados los ojos y luego se les da a degustar minigalletas saltin, stevia, yugurt griego y sal. Los anteriores alimentos son pasados en rondas y al finalizar cada una de ellas los participantes deben socializar el alimento degustado (sabor y consistencia).
	TERAPIA OCUPACIONAL **ACTIVIDAD 1.**EJERCICIO VESTIBULAR.Ubicamos a las personas mayores en media luna para que se puedan observar entre todos,alistamos el salón con velas y música incidental para dar inicio al ejercicio,retiramos zapatos,ubicamos los balones sensoriales frente a cada persona mayor,los levantamos y sentamos sobre el balón y los ayudamos a balancearse en los cuatro puntos cardinales y observar si responden a sus reflejos. **ACTIVIDAD 2.** OIDO-VISTA. "Dentro de la orquesta". Luego se socializa acerca de los 3 géneros y la interacción entre ver/escuchar junto con interpretar los instrumentos que se les comparte: Organeta, guitarras, cuatro, palo de agua, entre otros. En el transcurso de cada canción de acuerdo al género se realiza una breve explicación de cada formato musical para enseguida interactuar con las canciones a modo de estar "dentro del orquesta". Se les guía para tener entradas especificas en las canciones según el contenido de cada canción. **ACTIVIDAD 3.**CINCO SON MIS DEDOS CINCO MIS SENTIDOS.Recordamos cuantos y cuales son los organos dde los sentidos,por eso cinco son mis dedos y cada dedo es un sentido,señalan primero cada organo nariz,ojos,boca,orejas y manos,uno por uno recordamos para que lo utilizamos y la importancia de cada uno de ellos. No podemos saber el sabor de los alimentos solo con verlos tenemos que probarlos,sentido del gusto,el olor de las cosas solo lo detectamos con el sentido del olfato etc,después de este repaso por cada sentido el juego que hacemos es el teléfono roto,a una cuerda atamos un vaso en cada extremo para que por parejas se hablen como si fuera un teléfono. **ACTIVIDAD 4** .OIDO- BASAL "TERAPIA PARA NOSOTROS" Cada persona mayor se le comparte instrumentos como orgneta, guitarra, tambora, xilofono. Y allí se les pregunta: "¿Qué melodía podemos compartir a nuestros compañeros para que se puedan relajar"? Al mismo tiempo se le realiza preguntas a la persona mayor que se encuentre en el momento en la silla de vibración: "¿Cómo se siente mientras sus compañeros estan tocando para usted?" "¿Qué puede imaginarse mientras escucha la música y se relaja en la silla?" entre otras. También se le guia para que pueda cerrar sus ojos y pensar en lugares tranquilos.

Scanned with CamScanner

3.3.3. MOMENTO FINAL	**FISIOTERAPIA:** **ACTIVIDAD 1: Propiocepcion:** Finaliza la actividad con ejercicios de respiracion por medio de respiracon dafragmaticas, se evidencia en las personas mayores relajacion y descubren los movimientos que no persiben cuando cierran los ojos, asi mismo reflexionan sobre la impotancia de realizar este tipo de estmulacion a la hora de reaccionar y prevenir caidas o movimientos incorrectos. **ACTIVIDAD 2 Tacto:** Para culminar la actividad se realiza una breve reflexión sobre la actividad realizada. Luego, se lleva a las personas mayores de regreso al comedor principal. **ACTIVIDAD 3, Vision** :Para finalizar, se realiza una breve reflexión sobre la actividad realizada. Luego, se lleva a las personas mayores de regreso al comedor principal. **ACTIVIDAD 4: Gusto y olfato:** finaliza la actividad donde las persona relacionan los diferentes olores y sabores de momentos determinados con recuerdos que aparecen a largo de sus vidas generando recuerdos felices y positivos para algunas personas mayores
	PSICOLOGÍA **ACTIVIDAD 1 Creando sensaciones:** Las personas mayores valoran profundamente estas actividades y solicitan que se realicen con mayor frecuencia, ya que les brindan un espacio distinto que estimula sus sentidos, ayudando a mejorar su estado de ánimo. **ACTIVIDAD 2 Ven a disfrutar:** Las personas mayores experimentan una variedad de sensaciones a través de las cuerdas y notas musicales, descubriendo cómo la música puede inducir paz y tranquilidad o, por el contrario, generar inquietud. Los sentidos se alteran dependiendo del tipo de estímulo que se reciba del entorno. **ACTIVIDAD 3 Descubriendo:**Los personas mayores crean momentos especiales en los que disfrutan de la interpretación musical. Luego, se presenta una pieza en guitarra, permitiendo que se conecten con la música y el ambiente que esta genera. **ACTIVIDAD 4 Mis sentidos:** Las personas mayores reflexionan sobre lo vivido y comentan los sonidos que encontraron agradables o desagradables, compartiendo cómo algunos sonidos los animaron, mientras que otros tuvieron un efecto contrario.
	GERONTOLOGÍA: **ACTIVIDAD 1 -Vista y Audio:** Para finalizar la actividad se hacen respiraciones conscientes y un masaje en cuello y cabeza con el que algunos de los asistentes lograr dormir un corto tiempo. **ACTIVIDAD 2 - Vista y Tacto:** Se realizan estiramientos corporales dirigidos los cuales son guiados con indicaciones repetitivas y se pide identificar los destellos de luz presentados de manera individual. **ACTIVIDAD 3 - Olfato y Tacto:** Algunos de los asistentes relacionan los sabores con etapas de su vida, coincidiendo varios en su niñez y etapas de crianza en la que vivían en el campo y compartían con sus hermanos- **ACTIVIDAD 4 - Gusto y audio:** Se realiza una retroalimentación en la que se hace énfasis en que el sentido del gusto en una experiencia vital, en la que nuestros recuerdos y nuestras emociones nos permiten apreciar mejor nuestras comidas y desarrollar una mayor conciencia de lo que comemos.
	TERAPIA OCUPACIONAL **ACTIVIDAD 1.**EJERCICIO VESTIBULAR.Antes de finalizar el ejercicio colocamos los zapatos,realizamos un ejercicio con elementos del panel sonoro para que realicen diferentes sonidos y agudicen sus oidos.Retiramos los elementos utilizados el dia de hoy y agradecemos a las personas mayores por su colaboración. **ACTIVIDAD 2.** OIDO-VISTA. "Dentro de la orquesta". Para cerrar se comparten experiencias frente a la experiencia sensorial compartida entre elementos visuales y auditiva musical. Incluso en momentos donde se segula a un director de orquesta, o un patrón de música en una banda o agrupación de música colombiana. Cada uno también expresó sus comentarios frente a sus gustos musicales y reacciones frente a los distintos géneros musicales. **ACTIVIDAD 3-** CINCO SON MIS DEDOS CINCO MIS SENTIDOS.Antes de finalizar para saber que funciona nuestro teléfono el emisor da una orden y el receptor la ejecuta, levante las manos,toquese la cabeza,etc asi sabemos si funciona.Retiramos el material que utilizamos ,agradecemos a las personas mayores su disposición y los llevamos nuevamente a sus respectivos espacios. **ACTIVIDAD 4** .OIDO- BASAL "TERAPIA PARA NOSOTROS". En el momento final se realiza un compartir de experiencias según lo que se imaginaron, pensaron, reflexionaron o sintieron mientras estuvieron en la silla. También su experiencia al interpretar un instrumento para ayudar a realajar a sus compañeros.

3.4.RECURSOS

*Balones terapeuticos *Libro de texturas *equipo de sonido *pelotas sensoriales *Guantes sensoriales *Proyector de luces *Musica de relajacion diferente sonidos *Diferentes Aromas *Diferentes Sabores *Silla de relajacion *Aceites	Recursos humanos: Personas Mayores Equipo Profesional : FIsioterapeuta Psicologo Gerontologa Terapeuta ocupacional

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

FISIOTERAPIA:
ACTIVIDAD 1 : PROPIOCEPCION: Los participantes participaron activamente y mostraron agrado por este tipo de actividades donde expresaron la importancia de la ubicacion de los diferentes segmentos corporales para relacionarse con el entorno
ACTIVIDAD 2 : TACTO: Se favorecen de la hidratacion de la piel asi como de la estimulacion de los diferentes dermatomas donde las personas mayores identifican la sensibilidad superficial con diferentes texturas, estimulos de temperatura
ACTIVIDAD 3 : VISION :Es de vital importancia realizar este tipo de estimulo para que las personas mayores mantengan su agudeza visual y asi mismo identificar el grado de deterioro en ellas.
ACTIVIDAD 4 :GUSTO Y OLFATO: Se evidencia algunas personas mayores presentan disminucion de estos sentidos y dusminucion del sabor del gusto salado

PSICOLOGÍA:
ACTIVIDAD 1 Creando sensaciones: las personas mayores valoran positivamente esta actividad y expresan su deseo de participar más en experiencias

Scanned with CamScanner

de este tipo, ya que la estimulación les permite crear espacios que les proporcionan una sensación de bienestar

ACTIVIDAD 2 Ven a disfrutar: las personas mayores tienen la oportunidad de interactuar con objetos que favorecen la activación sensorial, permitiéndoles generar sensaciones y emociones vinculadas a recuerdos y experiencias previas.

ACTIVIDAD 3 Descubriendo: A través de la música se crea un momento muy apreciado por las personas mayores, ya que es un estímulo que gusta a gran parte de la población. La estimulación musical favorece su concentración y memoria, permitiéndoles compartir recuerdos de momentos importantes de sus vidas.

ACTIVIDAD 4 Mis sentidos: Los participantes demuestran un notable interés por este tipo de actividades sensoriales, en las que exploran sus sentidos y crean experiencias individuales relacionadas con el envejecimiento activo y la etapa de la vejez.

GERONTOLOGÍA:

ACTIVIDAD 1 -Vista y Audio: Para el cierre se escucha una tonada de flauta tibetana y se expresan los sentires y emociones .

ACTIVIDAD 2 - Vista y Tacto: Haciendo una lectura, se pide a los participantes que imaginen un bosque y enuncien cada elemento que encuentran en él y que beneficio dio a la respectiva historia.

ACTIVIDAD 3- Olfato y Tacto: Se logra que los asistentes realicen reminiscencias a partir de la experiencia planteada y lleguen a reencontrarse consigo mismos y su entorno.

ACTIVIDAD 4 Gusto y audio: - Finalmente se hace una dinámica con el palo de agua en donde se discrimina la intensidad de su sonido y la relación del mismo con la relación experimentada por cada uno de los presentes.

TERAPIA OCUPACIONAL

ACTIVIDAD 1 .EJERCICIO VESTIBULAR.Con estos ejercicios observamos que no todos tienen buenos reflejos y problemas de escucha que seguiremos observando y realizando tratamiento.Participarón 4 personas mayores.

ACTIVIDAD 2. OIDO-VISTA. "Dentro de la orquesta". Disfrutaron y agradecieron por el encuentro manifestando gusto por los tres géneros musicales en donde recordaron épocas de su vida donde incluso tuvieron la oportunidad de disfrutar conciertos. Su reacción e interpretación con los intrumentos frente a los ejemplos musicales a pesar de sus limitaciones físicas, fueron coherentes frente a las canciones, movimientos corporales, y gestos de los músicos, directores, entre otros que aparecieron allí. Participaron 4 personas mayores.

ACTIVIDAD 3.CINCO SON MIS DEDOS CINCO MIS SENTIDOS.Logran diferenciar los sentidos sensoriales y su utilidad ó beneficio,les gusto el juego del teléfono, Participarón 4 personas mayores.

ACTIVIDAD 4 .OIDO- BASAL "TERAPIA PARA NOSOTROS" Disfrutaron su rol de terapeutas musicales compartiendo activamente acerca de este ejercicio y la importancia de estos momentos y actividades para ellos y para sus compañeros. Participaron 4 personas mayores.

En constancia de la realización de la actividad firman:

Persona 1:
Elsa lia Bohorquez C.C : 41737821 Elsa Lia Bohorquez

Persona 2
Ana Gladys León Bustos CC: 53905869 ANA GLADYS

Persona 3
Pablo Enrique Rodriguez: 19219875 no firma

Coordinadora:

Adriana del Pilar Amortegui CC 5206519

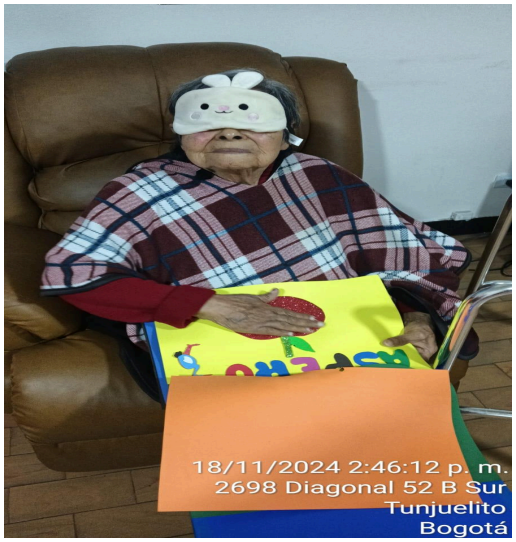
Fecha de evaluación del encuentro: 29 de noviembre de 2024.

Nombre del profesional que evalúa:
Myriam Yaneth Fuentes Hernandez
Jose Henry Cifuentes Villabon
Claudia Esperanza Torres Sosa
Neyla Constanza Rodriguez Franky

Scanned with CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO

FISIOTERAPIA





PSICOLOGÍA:



GERONTOLOGÍA



TERAPIA OCUPACIONAL

