Lugar	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO CUNDINAMARCA
Fecha	20 de febrero 2025, 4:00 pm
Tema	Actividades sensoriales: memoria olfativa
Desarrollo	Introducción de la actividad: La memoria olfativa juega un papel fundamental en el bienestar de las personas mayores, ya que el sentido del olfato está estrechamente relacionado con las emociones y recuerdos del pasado. A través de los aromas, se pueden evocar momentos significativos de la vida de los participantes, favoreciendo la estimulación sensorial y el fortalecimiento de la conexión con el entorno. La actividad propuesta tiene como objetivo promover el uso de este sentido para activar recuerdos y mejorar la calidad de vida emocional de los adultos mayores, contribuyendo a la socialización y al mantenimiento de sus capacidades cognitivas. Objetivo de la actividad El objetivo principal de esta actividad es estimular la memoria y los sentidos de los participantes a través de diferentes aromas. Esto permitirá que los adultos mayores puedan asociar cada uno de los olores presentados (café, aceite de naranja, aceite de almendras, chocolate y aceite de lavanda) con experiencias pasadas, fomentando el diálogo, la interacción social y la activación de recuerdos que pueden mejorar su bienestar emocional y mental. Desarrollo de la actividad Preparación del ambiente: Se crea un ambiente tranquilo y relajado en el que los participantes se sientan cómodos. La sala debe estar bien ventilada y, si es posible, utilizar una iluminación suave que favorezca la calma. **Presentación de los olores:** Cada uno de los aromas seleccionados será presentado de manera gradual, permitiendo que cada participante se concentre en identificar y recordar lo que cada olor le evoca. Los aromas utilizados son: ● **Café**: Se introduce el aroma del café recién hecho, conocido por muchos como una bebida que se asocia a momentos de convivencia, mañanas familiares o de trabajo. ● **Aceite de naranja**: Este aroma fresco y cítrico puede evocar sensaciones de limpieza, frescura y momentos vividos al aire libre.

	● **Aceite de almendras**: Con su fragancia suave, este aceite puede recordar momentos de cuidado personal, como el uso de cremas o aceites en su juventud. ● **Chocolate**: Un olor dulce que puede estar asociado con momentos especiales, como celebraciones o reuniones familiares. ● **Aceite de lavanda**: Conocido por sus propiedades relajantes, este aroma puede transportar recuerdos de descanso y bienestar. Estimulación de la memoria: Tras presentar cada aroma, se fomenta una breve conversación entre los participantes, invitándolos a compartir recuerdos que les evoque ese olor. Se les alienta a hablar de sus experiencias pasadas relacionadas con los aromas, como actividades cotidianas, lugares visitados o personas cercanas. Apreciación de los olores: Los participantes pueden tomar su tiempo para oler cada aroma. Se recomienda que lo hagan de manera pausada y relajada, disfrutando de la experiencia sensorial. **Cierre de la Actividad:** Una vez que todos los olores hayan sido presentados y discutidos, se realiza un pequeño resumen de los momentos y recuerdos compartidos. Se invita a los participantes a expresar cómo se sintieron durante la actividad y si algún aroma les provocó emociones especiales. Para finalizar, se agradeció la participación activa de todos y se promueve un ambiente de relajación, quizás con una breve meditación guiada utilizando un poco de aceite de lavanda para cerrar la sesión de manera tranquila. Esta actividad, además de estimular la memoria olfativa, fortalece las conexiones interpersonales y brinda un espacio para la reflexión y el bienestar emocional.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Vanessa Barrantes	Nutricionista	CCT Cundinamarca
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	ninguno	ninguno	ninguno
Próxima reunión	No se establece próxima reunión		
Elaboró	Vanessa Barrantes Martínez		

Anexos: Formato de asistencia FOR-GD-023, registro fotográfico

Responsable: Vanessa Barrantes	Nombre
Fecha: 20 febrero del 2025	Memoria olfativa

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo (2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1 Tema: Memoria olfativa
2 Lugar o Localidad o Sede: Cundinamarca
3 Fecha y hora: 20 febrero 2025
4 Nombre responsable: Vanessa Barantes
5 Dependencia responsable: nutrición

6 ítem	7 Nombres y Apellidos	8 Documento de identidad		9 Entidad / Dependencia	10 Rol / Cargo	11 Planta / Contratista	12 Correo electrónico	13 Teléfono y Ext / Celular	14 Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Jorge Higuera	CC	19148562	CCI Cundinamarca	Persona mayor				
2	Nerta Manrique	CC	31858583[illegible]	CCI cundinamarca	Persona mayor				
3	Vanessa Barantes	CC	1018491016	CCI cundinamarca	Nutricionista	contratista	— o —	3202234339	
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Powered by CamScanner