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 Página: 1 de 2

Fecha de ejecución:	24	02	2025	
Unidad Operativa:	Cuidado Transitorio Día Noche Villa Kennedy			
Componente de Atención:	Ocupación Humana			
Línea de Atención:	Movilizando habilidades, capacidades y potencialidades		Profesional a cargo:	Terapia Ocupacional: Silvia Cristina Diaz Rojas
Nombre de la actividad:	AROMATERAPIA			

DESARROLLO DEL TEMA

OBJETIVO GENERAL

Lograr que las personas mayores asistentes al Centro de Cuidado transitorio Día-Noche Villa Kennedy, identifiquen sus habilidades, capacidades y potencialidades, a través de la realización de diferentes actividades, las cuales estarán enfocadas en los sentidos

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Mejorar el estado de ánimo: A través de los aceites esenciales, se pueden reducir sentimientos de ansiedad, depresión y estrés, ayudando a mejorar el bienestar emocional de las personas mayores.

2. Promover estados de relajación por medio de aceites esenciales, como la lavanda, la cual contiene propiedades calmantes que favorecen la relajación y pueden ayudar a las personas mayores a mejorar la calidad del sueño

3 fomentar el bienestar general y la autoestima: El uso de la aromaterapia en la rutina diaria puede contribuir a que las personas mayores se sientan mejor consigo mismas, promoviendo una sensación de cuidado personal y bienestar general.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se da inicio a la sesión de relajación entregando aceites esenciales de lavanda y manzanilla, las personas mayores se sientan cómodos, se genera un ambiente tranquilo mientras disfrutan de la fragancia suave, se les guía a través de ejercicios de respiración profunda y relajación. Se socializa el objetivo de esta actividad tiene en reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y fomentar la calma, promoviendo el bienestar físico y emocional. Se incluyen masajes breves en las manos para aliviar tensiones musculares.
MOMENTO CENTRAL	Para el momento central las personas mayores se observan cómodas, cerrando los ojos y realizando respiraciones profundas mientras disfrutan de los aromas que los rodean. A lo largo de la sesión, se les invita a liberar tensiones y enfocar su mente en el momento presente, promoviendo una sensación de bienestar y tranquilidad. Se enfoca la actividad en la respiración, orientando cada inhalación te llena de calma y cada exhalación te libera de cualquier preocupación. Se realiza guía verbal visualizar e Imaginar un lugar tranquilo y bonito, como un jardín soleado o una playa serena. Se orienta a visualizar cada detalle de este lugar, el color de las flores, el sonido del agua o el viento suave, generando la paz que este lugar te transmite. Durante el desarrollo del momento central se observa al grupo en disposición y algunas personas sen encuentran en estado de sueño profundo, se continúa acompañando la relajación orientando al grupo en focalizar con los ojos cerrados colores favoritos y recuerdos positivos.
MOMENTO FINAL	Para el momento final se orienta al grupo a regresar al aquí y al ahora mediante ejercicios de respiración profunda, se socializa la importancia de ir despertando y o abriendo los ojos sin prisa, en este momento se observa que la mayor parte del grupo aun se encuentran dormidos. Para el momento final se genera un espacio para la expresión de sentimiento y experiencias a partir de su participación en la actividad. El grupo manifiesta estar agradecido y a gusto con la metodología, manifestando que durante la actividad lograron reducir niveles de stress y tensión muscular.

RECURSOS

Salón sensorial -Aromas	Personas Mayores
	Profesional Terapeuta ocupacional Silvia Cristina Diaz Rojas

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD
Durante la evaluación de la actividad las personas mayores manifiestan estar a gusto con la sesión, de manera que proponen continuar a futuro con sesiones de aromaterapia, la mayoría del grupo se mostró participativo y atento a las indicaciones e instrucciones de la actividad lo que permitió bajar niveles de tensión y stress, algunas personas mayores refirieron durante la sesión recordar algunos eventos de su niñez con lo cual se sintieron alegres, adicionalmente refieren su agrado por diferentes aromas relacionándolos con situaciones o experiencias positivas. La actividad se culmino sin novedad.

FUDESOL Fundación Social Para el Desarrollo Humano Nit: 900 295 709 -3	**CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO DIA – NOCHE VILLA KENNEDY 8225/2024**
FECHA: 24/2/2025 RESPONSABLE: TERAPEUTA OCUPACIONAL SILVIA CRISTINA DIAZ ROJAS	**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: SENTIDO DEL OLFATO - AROMATERAPIA**
	
	