

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL		Código: FOR-PSS-570	
			Versión: 1	
	FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ		Fecha: Memo (2022016490 – 13/05/2022)	
			Página: 1 de 2	

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia:	Comunidad de Cuidado	1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona:	Casa Santa María
1.2. Localidad:	Suba	2.1. Fecha de Ejecución:	
2. Línea:		1	4
		2025	al 30
			4
			2025

2.2. Nombre del encuentro: **ACTIVIDADES SENSORIALES**

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: **Adriana Forero Sánchez – fisioterapeuta**

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover la independencia y autonomía, la participación en actividad física, el cuidado de su salud y los cuidados en la alimentación en las personas mayores dentro de las dinámicas cotidianas en la Comunidad de Cuidado

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

ACTIVIDAD 1 GR. Estimular los cinco sentidos (vista, oído, olfato, tacto y gusto) mediante una serie de actividades sensoriales que fomenten la interacción y la memoria.

ACTIVIDAD 2 GR. Estimular la memoria biográfica de los participantes, promoviendo la rememoración de experiencias pasadas y fortaleciendo la conexión social entre ellos.

ACTIVIDAD 3 Diversidad sensorial

ACTIVIDAD 4 Integración senso-perceptiva

Promover el desarrollo de la capacidad funcional en personas mayores a través de actividades físicas y cognitivas que optimicen sus habilidades motoras, fortalezcan su musculatura y mejoren su movilidad y salud cardiovascular, afectadas por enfermedades neurológicas o por el envejecimiento, por medio de las herramientas y recursos de la sala snoezelen; con el fin de aumentar el desarrollo de sus habilidades y fomentar un envejecimiento saludable.

ACTIVIDAD 5 ENF Realizar una mascarilla para el cuidado de la piel de las personas mayores con el fin de mantenerla hidratada.

ACTIVIDAD 6 ENF Realizar aplicación de mezcla natural para exfoliar suavemente la piel y reducir manchas favoreciendo una apariencia más luminosa

ACTIVIDAD 7 NUTRICION A TODO COLOR: Promover hábitos alimentarios saludables en personas mayores mediante el reconocimiento visual de los colores con los que se ilumina la sala sensorial, recordando alimentos de ese color, evocando recuerdos y experiencias personales, para identificar y comprender sus beneficios nutricionales de forma participativa.

ACTIVIDAD 8 OLORES QUE ALIMENTAN EL ALMA. Fomentar hábitos alimentarios saludables en personas mayores mediante la estimulación olfativa en una sala sensorial, evocando alimentos a partir de los olores presentados, despertando recuerdos y experiencias personales, con el fin de identificar y comprender sus propiedades nutricionales de forma participativa

ACTIVIDAD 9 Favorecer la regulación emocional y el estado de calma en personas mayores mediante la estimulación multisensorial a través de luces, música suave y técnicas de respiración guiada.

ACTIVIDAD 10 ENF : Mejorar la resistencia de la uñas de las personas mayores para mantenerlas fuertes y sanas previniendo las molestias o lesiones.

ACTIVIDAD 11 AMB: Fortalecer los conocimientos de las personas mayores sobre la correcta clasificación de residuos aprovechables y no aprovechables, mediante una actividad práctica que promueva hábitos ambientales responsables dentro de la unidad operativa.

ACTIVIDAD 12 TLL: Favorecer la estimulación sensorial y motriz de las personas mayores con menor funcionalidad, mediante la exploración y manipulación de diferentes texturas, promoviendo su participación activa, el bienestar emocional y el fortalecimiento de la autoestima.

ACTIVIDAD 13: Propiciar espacios de relajación profunda por medio de frecuencias sonoras y sonidos de larga duración, que conduzcan a la persona mayor a estados de conciencia y de relajación, eliminando tensiones físicas y pensamientos negativos.

ACTIVIDAD 14 TS: Fortalecer la conciencia sensorial, fomentar la relajación y facilitar la conexión emocional consigo mismos y con su entorno.

ACTIVIDAD 15 TO. Favorecer la estimulación cognitiva a través de la identificación y asociación de diferentes aromas con experiencias del pasado.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	<p>ACTIVIDAD 1. (22/04/2025). Taller. "Un Viaje por los Sentidos" Se convocan a los participantes del grupo focal 3, invitando y motivando su participación en la actividad de estimulación sensorial, se les indica el lugar, hora, objetivo y metodología).</p> <p>ACTIVIDAD 2. (04/04/2025). Taller. "Recuerdos que Conectan" Se convocan a los participantes del grupo focal 4, invitando y motivando su participación en la actividad de estimulación de la memoria biográfica (historia de vida), se les indica el lugar, hora, objetivo y metodología).</p>
	<p>ACTIVIDAD 3. (30/04/25). Se lleva a cabo la sesión de diversidad sensorial, por medio de la estación de destellos de aire; la cual inicia con la identificación de colores de la caja sensorial de aire. Actividad con el fin de manejar asociación, amplitud articular, habilidades motrices, higiene postural y esquema corporal.</p>
	<p>ACTIVIDAD 4. (30/04/25). Se dirigen a la sala Snoezelen las personas mayores que tienen desintegración sensorial. Se inicia la sesión con ejercicios de movilidad articular en el tubo de burbujas con manejo de dibujos con fichas de amar y palos de madera pequeños, luego con el material espumado se trabaja equilibrio y coordinación; se complementan con stretching en las personas mayores para fomentar la flexibilidad, arcos de movimiento y core, como herramienta complementaria para alcanzar diversos objetivos terapéuticos contribuyendo a un enfoque integral para el cuidado de la salud y la rehabilitación.</p>
	<p>ACTIVIDAD 5. (21/04/2025) Enseñando a cuidar tu piel Taller . Se realiza invitación a las personas mayores a participar en una actividad que generara bienestar en el cuidado de la piel de ellos , se les indica el lugar la hora y como se aborda la temática.</p> <p>ACTIVIDAD 6. (24/04/2025) Ayudando a disminuir manchas en la piel. Taller Se realiza invitación a las personas mayores a participar en una actividad que generara bienestar en el cuidado de la piel para disminuir manchas y eliminar radicales libres de . Se les indica el lugar la hora y como se aborda la temática.</p>
	<p>ACTIVIDAD 7. NT. (22/04/2025). Bienvenida, con una conversación inicial sobre los alimentos que consumían en su infancia o juventud, con el fin de establecer un clima de confianza, estimular la memoria afectiva y activar el interés por el tema a través del diálogo y la reminiscencia.</p>
	<p>ACTIVIDAD 8 NT. (23/04/2025). Se da la bienvenida con una explicación del taller, resaltando la importancia de los hábitos alimentarios saludables.</p>
	<p>ACTIVIDAD 9: Luces que Calman: El día (23/04/2025) Se recibe al grupo de participantes de la actividad con luz tenue y música suave, se invita a los participantes a sentarse cómodamente, mientras se les da la bienvenida tranquila, con tono de voz pausado, se realiza una pequeña rutina de respiración consciente.</p>
	<p>ACTIVIDAD 10: Fortaleciendo tus uñas El día (23/04/2025) se lleva a cabo la actividad con las personas mayores se les brinda un saludo de bienvenida se sientan de forma individual en los puff donde se les realizará un masaje en las manos , además de sumergir las manos en una mezcla natural para el fortalecimiento de la uñas de las manos .</p>
	<p>ACTIVIDAD 11: Identifica en que caneca (30/04/2025): La actividad dio inicio con un saludo cordial a las personas mayores, generando un ambiente de confianza y participación. Posteriormente, se explicó la temática central de la jornada, enfocada en el reconocimiento y clasificación adecuada de residuos aprovechables y no aprovechables dentro de la unidad operativa.</p>
	<p>ACTIVIDAD 12: "Manos que Sienten" Se realizó el día (22/4/2025) "Esta actividad está especialmente dirigida a personas mayores con menor funcionalidad y que, por diversas razones, presentan una baja participación. Con el objetivo de fortalecer sus habilidades manuales, se lleva a cabo una actividad en la sala de estimulación "centrada en el trabajo con texturas.". Una vez fueron reunidos se les brinda una breve explicación sobre la importancia de participar en las actividades.</p>
	<p>ACTIVIDAD 13: Música y meditación. 23 de abril de 2025. Se motiva a las personas mayores para que se dirijan a la sala Snoezelen y se dispone el lugar con luces tenues y música suave. Las personas mayores se desplazan a la sala y se les explica la metodología de la sesión.</p>
	<p>ACTIVIDAD 14: Espacio de sensaciones (08/04/2025): La actividad comienza con una breve bienvenida a los participantes, explicando de manera sencilla el propósito del encuentro: estimular los sentidos y promover un estado de relajación y bienestar. El trabajador social invita al grupo a ubicarse cómodamente en la sala, generando un ambiente de confianza y disposición. Se realiza una breve técnica de respiración consciente para centrar la atención y preparar al grupo para el recorrido sensorial.</p>
	<p>ACTIVIDAD 15. Viaje por los aromas del ayer El día (01/04/2025) se lleva a cabo la actividad donde se da la bienvenida a las personas mayores en un ambiente tranquilo, con luz tenue y música suave de fondo. Se invita al grupo a sentarse cómodamente. Se realiza una breve dinámica de respiración consciente para relajar el cuerpo y preparar los sentidos. Se les explica que se vivirá una experiencia sensorial enfocada en el olfato, donde los aromas despertarán recuerdos y emociones agradables.</p>

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	<p>ACTIVIDAD 1. Se pone música suave de fondo. Estación 1. Olfato y Vista: Se presenta a los participantes una serie de aromas y se les pide que cierren los ojos para concentrarse. Después de que huelen cada aroma, se les pide que describan qué les recuerda o cómo les hace sentir. Estación 2: Tacto: Se les invita a tocar diferentes texturas, se les pide que comenten con los demás, cuál prefieren y por qué.</p> <p>Actividad 2, Ubicados en círculo se inicia un conversatorio por medio de unas preguntas guía: ¿Cuál fue su primer trabajo?, ¿Qué tradiciones familiares recuerdan con cariño?, ¿Cuál fue su viaje más memorable?, también se reproduce música de diferentes épocas para estimular la memoria.</p>
	<p>ACTIVIDAD 3. Diversidad sensorial</p> <p>* Cantidad: 1 sesión realizada el día miércoles 30 de Abril de 2025 en la sala Snoezelen.</p> <p>* Descripción de las actividades: Fomentar la capacidad funcional en las personas mayores, por medio de actividades físicas que mejoren sus habilidades motoras, fortalezcan sus grupos musculares y faciliten la movilidad y salud cardiovascular, deterioradas a causa de enfermedades neurológicas y/o propias de su edad.</p> <p>Se realiza desplazamiento de las personas mayores a la sala Snoezelen para la realización de las actividades propuestas de tal manera que se inicia con un precalentamiento muscular de manera progresiva.</p> <p>Se inician actividades con estación de aire, trabajo en colchonetas y cama de agua para higiene postural y propiocepción.</p> <p>Se realizan ejercicios de estimulación multisensorial, teniendo en cuenta los ejercicios establecidos para cada persona según sus patologías de base.</p>
	<p>ACTIVIDAD 4. Integración senso perceptiva</p> <p>* Cantidad: 1 sesión realizada el día miércoles 30 de Abril de 2025 en la sala Snoezelen.</p> <p>* Descripción: Se realiza desplazamiento de las personas mayores a la sala Snoezelen para la realización de las actividades propuestas.</p> <p>Se llevan a cabo ejercicios de estiramientos generalizados, movilidad articular, equilibrio y coordinación por medio de espumados, musicoterapia y elementos sensoriales.</p> <p>Actividades de habilidades motrices donde se logra interactuar directamente con las personas mayores trabajando técnicas psicomotrices, a través de estiramiento muscular y movilización articular activo dirigidos, donde se promueve la concentración y asociación con material didáctico para la comunicación y el lenguaje, lo cual permite una participación voluntaria y dirigida, logrando la interacción entre los mismos.</p>
	<p>ACTIVIDAD 5. Enseñando a cuidar tu piel Las mascarillas de avena tiene diversos nutrientes para tu piel como vitaminas, minerales y antioxidantes. Además, funciona como agente limpiador, absorbente de humedad y hasta como desinflamatorio, se realiza la mascarilla con los siguientes Ingredientes: 3 cucharadas de hojuelas de Avena Enojuelas, 3 cucharaditas de miel; Preparación: En un recipiente pon las hojuelas de avena, agrega las cucharaditas de miel y mezcla hasta que consigas una masa homogénea. Aplicación: Colócala sobre tu rostro con movimientos circulares, deja que actúe hasta que se seque durante 20 minutos. Posteriormente retírala con agua fría y jabón.</p>
	<p>ACTIVIDAD 6. Ayudando a disminuir manchas en la piel. Ideal para pieles apagadas o con manchas. Mezcla una cucharada de polvo de cáscara de naranja (preparado al secar y moler las cáscaras) con dos cucharadas de yogur natural. Aplica sobre el rostro limpio y deja actuar 15 minutos. Enjuaga con agua fría para cerrar los poros.</p>
	<p>ACTIVIDAD 7. Se ilumina la sala con un color específico (ej. rojo, verde, amarillo, etc.). Los participantes observan el color y mencionan alimentos que asocian con él.</p> <p>Luego se conversa sobre: Valores nutricionales del color (ej. rojo; antioxidantes; verde: fibra y clorofila, etc.). Beneficios concretos para su salud (vista, corazón, memoria, huesos), con el objetivo de estimular el sentido de la vista y con ello activar recuerdos e integrar conocimientos nutricionales de forma significativa.</p>
	<p>ACTIVIDAD 8. Se dirige a los participantes frente al difusor de aromas, se invita a las personas mayores a participar a oprimir uno de los botones con el que se expide un olor y lo relacione con un alimento, y apartir de allí identificar los beneficios nutricionales y sobre las propiedades nutricionales de los alimentos, promoviendo el aprendizaje colaborativo.</p>
	<p>ACTIVIDAD 9: A lo largo de la actividad se utilizan diferentes colores de luces, solicitando que indiquen que emoción les genera cada color y que les transmite, se mantiene el lugar ambientado con música suave solicitando a las personas mayores realizar los ejercicios de respiración cuando sientan que la emoción no es agradable.</p>
	<p>ACTIVIDAD 10: Fortaleciendo tus uñas</p> <p>Se utiliza la receta natural de 2 cucharadas de aceite de oliva, 2 cucharadas de aceite de coco, 5 gotas de aceite esencial de limón con el fin de mezclar todos los ingredientes en un pequeño recipiente. Se sumerge las uñas en la mezcla durante 10-15 minutos. Haz esto dos veces por semana. El aceite de oliva y el aceite de coco hidratan y fortalecen las uñas, mientras que el aceite esencial de limón ayuda a blanquearlas y prevenir infecciones.</p>
	<p>ACTIVIDAD 11: Identifica en que caneca. La dinámica consistió en que los participantes se levantaran y se dirigieran hacia una imagen informativa que representaba dos canecas: una blanca y una negra. En esta representación gráfica se ubicaban diversos tipos de residuos, y cada persona debía seleccionar en qué caneca correspondía depositar cada elemento, de acuerdo con su tipo. Uno a uno, los participantes se involucraron activamente, identificando y clasificando los residuos según las características de aprovechamiento o no aprovechamiento.</p>

<p>ACTIVIDAD 12: "Manos que Sienten" Esta actividad está especialmente dirigida a personas mayores con menor funcionalidad y con baja participación en las dinámicas grupales, ya sea por condiciones físicas, cognitivas o emocionales. Con el propósito de estimular sus habilidades manuales y promover su implicación activa, se realiza una sesión en la sala de estimulación, centrada en la exploración y manipulación de diferentes texturas. El momento central de la actividad consiste en el contacto directo con materiales variados que despiertan sensaciones táctiles, fomentando la atención, la curiosidad y la conexión con el entorno.</p>
<p>ACTIVIDAD 13: Música y meditación. Cada participante elige el lugar en el que se quiere sentar o acostar. De acuerdo con los colores de la sala, se colocan melodías y frecuencias sonoras y se va guiando a las personas mayores a que piensen en lugares, experiencias, recuerdos o canciones que les evoque cada color y cada melodía. Se realiza una meditación guiada que inicia con el control de la respiración, la escucha atenta de frecuencias sonoras y la atención en los colores que se van alternando en la sala.</p>
<p>ACTIVIDAD 14: Se desarrolla un "recorrido sensorial" dividido en estaciones, cada una diseñada para estimular un sentido específico. En la estación visual, los participantes interactúan con luces tenues, proyecciones de paisajes naturales y colores suaves. En la estación táctil, exploran diferentes texturas (suaves, rugosas, lisas, cálidas) utilizando telas, objetos y materiales adaptados. La estimulación auditiva se realiza con sonidos relajantes como agua, música suave o canto de aves. Finalmente, en la estación olfativa, se utilizan aromas agradables y sutiles como lavanda o cítricos. A medida que avanzan por cada estación, se promueve la conexión emocional, la expresión de sensaciones y el respeto por los ritmos individuales.</p>
<p>ACTIVIDAD 15. Viaje por los aromas del ayer Se presentan diferentes fragancias de forma individual, utilizando frascos aromáticos, pañuelos perfumados o difusores. Algunos de los aromas pueden ser: - Lavanda (relajación) - Café (memorias de hogar) - Canela (época de festividades) - Limón o naranja (frescura y limpieza) - Rosas o jazmín (naturaleza y romanticismo) Después de oler cada aroma, se invita a las personas a compartir recuerdos, sensaciones o imágenes que les evoque ese olor. El acompañante puede hacer preguntas suaves como: - "¿Este olor le recuerda a algún momento especial?" - "¿Le hace pensar en alguien en particular?" - "¿Dónde solía oler esto?" La participación es libre, también se respeta el silencio si alguien prefiere solo sentir sin hablar.</p>
<p>ACTIVIDAD 1. Los participantes se reúnen en círculo y se les pide que reflexionen sobre la actividad. Compartiendo qué estación o sentido les gustó más y por qué. Conclusiones: Se hace una síntesis colectiva de lo aprendido y se destaca lo importante que es mantener los sentidos activos para la estimulación cognitiva y emocional en la etapa de la vejez. ACTIVIDAD 2. Se reúne a todos los participantes y se les pide que compartan un recuerdo que les haya impactado durante la actividad. Conclusiones: Se reflexiona sobre la importancia de recordar y compartir historias y como el compartir de experiencias cómo estas contribuyen a su identidad y a la convivencia en la comunidad.</p>
<p>ACTIVIDAD 3. Diversidad sensorial La actividad realizada en la sala snoezelen contribuye en las personas mayores, contribuye para la mejoría en su integración sensorial, asociación de elementos, reconocimiento de colores a través de actividades que promueven a mejorar la postura y a fomentar la higiene postural, la cual contribuye a reducir el riesgo de caídas y fracturas en esta población. Se llevó a cabo para la fomentar la movilidad articular, por medio de ejercicios de extensión, flexión y circunducción para miembros superiores e inferiores por medios de actividades lúdico recreativas en las diferentes estaciones (espejos de profundidad, material espumado, cama de agua) para ayudar a mantener la flexibilidad de las articulaciones, prevenir la rigidez y mejorar la movilidad. ACTIVIDAD 4. Integración senso perceptiva En la actividad realizada con las personas mayores en la sala Snoezelen, se evidencia que se logra incentivar para la mejora de la memoria y la concentración: Las actividades cognitivas y ejercicios de funciones ejecutivas ayudan a estimular el cerebro y mantenerlo activo, lo que puede resultar en una mejora significativa en la memoria y la concentración en las personas mayores; en los tubos de burbujas por medio de pictogramas se fomenta la asociación e identificación de figuras, colores y formas.</p>
<p>ACTIVIDAD 5. Enseñando a cuidar tu piel : Se cierra la actividad dando a conocer los Beneficios de la mascarilla de avena y miel; Neutraliza el pH de la piel; Abre los poros, con lo que evita la acumulación del sebo que la piel produce naturalmente, así como la aparición de puntos negros y acné, además las personas mayores fueron participativas. ACTIVIDAD 6. Ayudando a disminuir manchas en la piel: Se cierra la actividad dando a conocer los beneficios La cáscara de naranja contiene un alto porcentaje de flavonoides y antioxidantes que combaten los radicales libres responsables del envejecimiento celular. Además, es rica en ácido cítrico, que exfolia suavemente la piel, ayuda a reducir manchas y favorece una apariencia más luminosa, además con esta actividad ayuda a mantener la salud de la piel de las personas mayores.</p>

ACTIVIDAD 7. Se cierra la actividad realizando una lluvia de ideas con los aprendizajes del día, con el objetivo de reforzar el aprendizaje, empoderar a los participantes, y cerrar con una experiencia emocional positiva.
ACTIVIDAD 8. Se termina la actividad con un ejercicio de reflexión guiada sobre cómo los aromas y recuerdos pueden influir en las elecciones alimentarias. Se realiza evaluación rápida de satisfacción y conocimientos adquiridos mediante una ronda de comentarios o cuestionario sencillo.
ACTIVIDAD 9: Finalizando la actividad se reducen los estímulos poco a poco, bajando el volumen de la música, cambiando las luces a suaves e invitando a realizar un estiramiento para dar por terminada la actividad.
ACTIVIDAD 10: Fortaleciendo tus uñas Se cierra la actividad con una reflexión sobre la importancia de mantener fuertes las uñas y mantener una salud óptima en los adultos mayores. Se comportan de forma participativa.
ACTIVIDAD 11: Identifica en que caneca. Gracias a esta dinámica práctica e interactiva, se logró reforzar el conocimiento de los participantes sobre la correcta separación de residuos, fortaleciendo así su compromiso ambiental y promoviendo hábitos responsables dentro de la comunidad. La jornada finalizó con un breve espacio de retroalimentación donde se destacó la importancia de aplicar lo aprendido en el día a día.
ACTIVIDAD 12: "Manos que Sienten". Esta propuesta es especialmente valiosa, ya que permitió trabajar la motricidad fina, estimulando la percepción sensorial y contribuye al bienestar emocional de las personas mayores, brindándoles una experiencia significativa y adaptada a sus capacidades." En el momento final, se invita a las personas mayores a compartir verbal o gestualmente sus sensaciones, emociones o recuerdos asociados a las texturas exploradas. Este cierre busca reforzar la expresión personal, fortalecer vínculos afectivos y brindar una experiencia gratificante que estimule su autoestima y sentido de pertenencia."
ACTIVIDAD 13: Música y meditación. Se va guiando a los participantes para que poco a poco abran sus ojos y regresen su cuerpo y mente a la realidad. Se indaga sobre cómo se sienten después de la experiencia y se realiza una breve reflexión sobre la importancia de la relajación y la calma en distintos momentos de la vida.
ACTIVIDAD 14: Para cerrar la actividad, se invita al grupo a compartir cómo se sintieron durante el recorrido, permitiendo una breve reflexión sobre la experiencia sensorial vivida. La trabajadora social agradece la participación, refuerza la importancia del autocuidado y deja abierta la posibilidad de repetir o adaptar la actividad según el interés del grupo.
ACTIVIDAD 15. Viaje por los aromas del ayer Se cierra la actividad con una reflexión grupal sobre las sensaciones vividas. Se invita a compartir cómo se sintieron durante la experiencia. Se puede ofrecer un aroma relajante final (como lavanda o sándalo) para cerrar con calma, acompañado de una frase positiva o una breve meditación guiada. Se agradece la participación y se despiden con afecto.

3.4. RECURSOS

Se ponen los recursos utilizados para todas las actividades (general)

Video Beam	32 elementos sensoriales
Parlante	velo
Puff	Imagen religiosa
cama de agua	Imágenes de Fauna de la Sabana
panel de profundidad	Cristales de Sábila
colchonetas	Naranja
hilos de fibra óptica	Toallas de manos
tubos de burbujas	Agua
Televisor	Jabón de cara y manos
aceites	Luces
Avena ojuelas	Tambor
Miel	Aceite de oliva
Difusor	Aceite Esencial de limón
texturas	aceite de coco

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

ACTIVIDAD 1. Se da cumplimiento a la actividad según lo programado. Logros: Se alcanza una estimulación positiva de los sentidos. Se fortalece la atención y concentración de las personas mayores. Se mejora la interacción social y la comunicación entre los pares. Se favorece la relajación y el bienestar emocional. Se potencializa la memoria biográfica por medio de las asociaciones sensoriales. No se presentan dificultades. Participantes: 7 personas mayores. Responsable: Myriam Cantor Cortes- Gerontóloga.

ACTIVIDAD 2. Se da cumplimiento a la actividad según lo programado. Logros: Potencializa la memoria biográfica y la autoestima al compartir sus historias. Se evidencian un ambiente de apoyo y conexión emocional. No se presentan dificultades. Participantes: 9 personas mayores. Responsable: Myriam Cantor Cortes- Gerontóloga.

ACTIVIDAD 3. Diversidad sensorial

- Logros

- Por medio de los ejercicios de movilidad articular, equilibrio y coordinación aplicados en las personas mayores en este mes, logra fortalecer sus habilidades motoras, flexibilidad, fuerza y velocidad en patrones fundamentales, lo que favorece su salud física. Estas actividades son fundamentales para promover un envejecimiento saludable y mejorar la calidad de vida en la tercera edad.

- Dificultades

- Pérdida de motivación y tolerancia en la permanencia de la actividad física.

- Soluciones implementadas

- Apoyo interdisciplinario para continuar con la retroalimentación en refuerzos positivos para la participación en actividades propuestas.

- * Participan: 5 personas mayores.

ACTIVIDAD 4. Integración sensoperceptiva

- Logros

- Por medio de los ejercicios de asociación, funciones ejecutivas aplicados en las personas mayores en este mes, logra fortalecer sus habilidades cognitivas, motoras, de sensibilidad, su salud mental y de asociación. Estas actividades son fundamentales para promover un envejecimiento saludable y mejorar la calidad de vida en la tercera edad.

- Dificultades

- Pérdida de motivación y tolerancia en la permanencia de la actividad física.

- Soluciones implementadas

- Apoyo interdisciplinario para continuar con la retroalimentación en refuerzos positivos para la participación en actividades propuestas.

- * Participan: 8 personas mayores.

Responsable: Adriana Marcela Forero Sánchez - Fisioterapeuta

ACTIVIDAD 5. Enseñando a cuidar tu piel Las personas mayores que participaron en la actividad les generó gusto refieren que este tipo de temáticas les llama la atención y participan activamente, contribuyó a mantener un confort en su estado de salud y belleza para mantener su piel hidratada libre de grasas. No se presentan dificultades. Participantes: 9 personas mayores. Responsable: Juliana Rodríguez Serrato

ACTIVIDAD 6. Ayudando a disminuir manchas en la piel. Las personas mayores que participaron en la actividad les generó gusto refieren que este tipo de temáticas les llama la atención y participan activamente, con esta mascarilla generara mantener la salud de piel rehidratada y disminución de manchas. No se presentan dificultades. Participantes: 10 personas mayores. Responsable: Juliana Rodríguez Serrato

ACTIVIDAD 7. NUTRICIÓN A TODO COLOR: Las personas mayores que participaron en la actividad reconocen la relación entre los colores de los alimentos y sus propiedades nutricionales, Desarrollan mayor conciencia sobre la diversidad de alimentos que pueden beneficiar su salud.

Responsable: Sandra Corredor Gómez - Nutricionista Dietista.

ACTIVIDAD 8. OLORES QUE ALIMENTAN EL ALMA. Las personas mayores que participaron en la actividad fortalecieron la motivación para adoptar y mantener hábitos alimentarios positivos, promoviendo el bienestar integral.

Responsable: Sandra Corredor Gómez - Nutricionista Dietista.

ACTIVIDAD 9: Se logra que las personas mayores tengan mayor conciencia sensorial y emocional por medio de estimulación cognitiva a través del recuerdo y la asociación. No se presentan dificultades. Participan 7 personas mayores. Responsable: Diana Camila Varón Murcia.

ACTIVIDAD 10: Fortalecimiento de las uñas

Las personas mayores que participaron en la actividad les generó gusto referir que este tipo de temáticas les llama la atención y participan activamente, contribuyeron a mantener un confort en su estado de salud y belleza para mantener sus uñas sanas y fuertes dado que por la edad y los diferentes diagnósticos médicos generan debilitamiento de las mismas, expresaron que mantener su uñas fuertes los hace sentir mejor con ellos mismos. No se presentan dificultades. Participantes: 10 personas mayores. Responsable: Juliana Rodríguez Serrato

ACTIVIDAD 11: Identifica en que caneca. La jornada ambiental se vivió de forma dinámica y participativa, permitiendo a las personas mayores interactuar activamente con la temática propuesta sobre la correcta clasificación de residuos. Durante la actividad, los participantes se desplazaron hasta una representación visual de los recipientes de disposición (caneca blanca y negra), seleccionando de forma consciente en qué lugar debía ir cada tipo de residuo. Este ejercicio práctico logró reforzar los conocimientos sobre residuos aprovechables y no aprovechables, generando espacios de diálogo y aclaración de dudas. Entre los logros más significativos se destaca la apropiación de conceptos clave sobre separación de residuos, el fortalecimiento del compromiso ambiental y el reconocimiento de la importancia de su rol activo en el cuidado del entorno. No se presentan dificultades. Participantes: 6 personas mayores. Responsable: William Alonso, Técnico Ambiental.

ACTIVIDAD 12: "Manos que Sienten" La actividad fue recibida de forma positiva por las personas mayores participantes. Se observó una actitud receptiva y una buena disposición al interactuar con las texturas, incluso por parte de aquellas personas mayores con menor funcionalidad, quienes mostraron interés y curiosidad durante la manipulación de las diferentes texturas. Cabe rescatar la participación de una persona mayor que habitualmente presenta conductas de escape ante este tipo de propuestas. En esta ocasión, permaneció durante toda la actividad con una actitud tranquila, receptiva y colaboradora, lo que representa un avance significativo en su proceso de integración y respuesta a los estímulos. No se presentaron dificultades. Participan: 9 personas mayores. Responsable: Claudia Macías Burgos Aux T.O

ACTIVIDAD 13: Música y meditación.

La integración de colores, melodías y frecuencias sonoras creó un ambiente que estimuló los sentidos y conectó a los participantes con recuerdos, experiencias y emociones significativas. Así mismo, la meditación basada en técnicas como el control de la respiración y la atención plena en los estímulos visuales y auditivos, ayudó a lograr un estado de tranquilidad y bienestar. Participantes: 6 personas mayores. No se presentaron dificultades. Responsable: Silvia Fernanda Saavedra - Profesional en Artes.

ACTIVIDAD 14: "Espacio de sensaciones" Las personas mayores participaron activamente en el recorrido sensorial, demostrando apertura y disposición frente a los estímulos presentados. Se observó una mejora en su estado de ánimo, mayor relajación corporal y expresión verbal de emociones agradables asociadas a la experiencia, lo cual evidencia el impacto positivo de la estimulación multisensorial en su bienestar integral. Se logra contar con la participación de 8 personas mayores. Responsable: María Camila Rivera- Trabajadora social

ACTIVIDAD 15. Viaje por los aromas del ayer

Durante el desarrollo de la actividad se observó una buena disposición por parte de los participantes, quienes mostraron interés y curiosidad ante los diferentes estímulos olfativos presentados. La mayoría respondió de forma positiva a los aromas, manifestando reacciones emocionales como sonrisas, expresiones de agrado y evocación de recuerdos asociados a su historia personal. Se destacó la participación activa de varios usuarios al compartir anécdotas relacionadas con los olores, lo cual favoreció la estimulación de la memoria autobiográfica y la interacción social. Aquellos que no expresaron verbalmente sus recuerdos igualmente mostraron señales de disfrute a través del lenguaje corporal, como respiraciones profundas, expresión facial relajada o gestos de reconocimiento. La actividad contribuyó a generar un ambiente emocionalmente cálido y de confianza, fortaleciendo el bienestar general de los asistentes. Se evidenció una mejora en el estado de ánimo en algunos participantes, así como una mayor conexión con el momento presente. No se presentan dificultades. Participantes: 12 personas mayores. Responsable: Paula Andrea Riaño Agudelo-Paula Andrea Riaño Agudelo.

5. FIRMA DE PERSONAS MAYORES

Actividad 1: No La A - Rafael Antonio Fernandez cc: 80262421

Fecha de evaluación del encuentro: 30/04/2025 Poner último día de la ejecución de la actividad 30/04/2025

Nombre del profesional que evalúa:

Adriana Forero Sánchez – fisioterapeuta, Mary Laura Juliana Rodríguez Serrato – jefa de enfermería, Sandra Corredor – Nutricionista, Paula Andrea Agudelo- Terapeuta Ocupacional, Silvia Fernanda Saavedra Mayorga - Profesional en Artes, Diana Camila Varón Murcia - Psicóloga, Myriam Cantor C. - Gerontóloga, María Camila Rivera García- Trabajadora social

Mary Luz Fernández - Coordinador

Mary L. Fernandez

**REGISTRO FOTOGRÁFICO SALA SNOEZELEN
ABRIL 2025**

ACTIVIDAD 01 GR: "Un Viaje por los Sentidos"



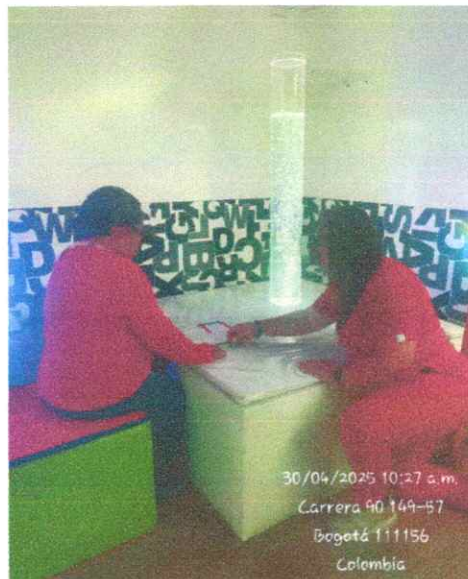
ACTIVIDAD 02 GR: "Recuerdos que Conectan".



ACTIVIDAD 03 FT: Diversidad sensorial



ACTIVIDAD 04 FT: Integración sensorio-perceptiva



ACTIVIDAD 05 ENF : ENSEÑANDO A CUIDAR TU PIEL



ACTIVIDAD 06 ENF : Ayudando a disminuir manchas en la piel.



ACTIVIDAD 07 NT: Nutrición a todo color



ACTIVIDAD 08 NT: Olores que alimentan el alma



ACTIVIDAD 09: Luces que Calman:



ACTIVIDAD 10 : FORTALECIENDO TUS UÑAS



ACTIVIDAD 11 AMB:



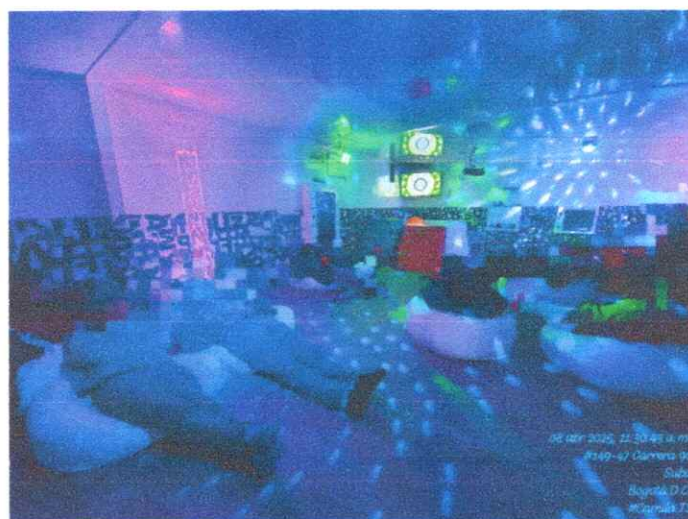
ACTIVIDAD 12: "Manos que Sienten"



ACTIVIDAD 13: Música y meditación.



ACTIVIDAD 14 TS: Espacio de sensaciones



ACTIVIDAD 15 TO: Viaje por los aromas del ayer

