ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION 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 Clarita Santos

1.2 Localidad: N/A

2. Línea: No aplica

2.1. Fecha de Ejecución:

01	04	2025	al	30	04	2025

2.2. Nombre del encuentro: Actividad Ponderable - Estimulación sensorial

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Yeny Milena Rincón R - Psicóloga. Yamile Viana - Nutricionista. Yolima Beltrán - Gerontóloga. Viviana Josa - Terapeuta ocupacional. Yuly Avila - Fisioterapia. Fanny Pinzón, Adriana Rodríguez, Rosa Gómez, Cleya Malagón - Enfermeras

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Facilitar en las personas mayores la activación de los sentidos a través de actividades de estimulación sensorial que generen sensaciones, percepciones y respuestas adaptativas como parte de la promoción de la salud, prevención de la enfermedad y/o aporten a la disminución del impacto de procesos de envejecimiento patológico.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Promover la participación de la población en espacios de intervención semipersonalizada, favoreciendo su interacción con su medio.
2. Fortalecer procesos de autocuidado a partir de actividades de acicalamiento como (spa, limpieza facial, entre otras) aportando hacia una mejor presentación personal e impactando favorablemente en su autoestima.
3. Favorecer respuestas adaptativas a través de espacios de estimulación sensorial que permitan mejorar procesos de asimilación de la información y mayor interacción con el entorno.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Para el desarrollo de las 15 sesiones mensuales de estimulación sensorial se cuenta con el apoyo de los profesionales de enfermería, fisioterapia, psicología, gerontología, nutrición y terapia ocupacional, en donde cada uno de acuerdo al cronograma establecido realice cada sesión con grupos pequeños de máximo 6 personas mayores, a quienes se les asistirá en su desplazamiento a la sala sensorial, dotada de diferentes elementos para trabajar en los diferentes canales sensoriales tales como visión, tacto, olfato, gusto, propiocepcion y sistema vestibular. las áreas encargadas de desarrollar las actividades a lo largo del mes, velarán por incluir a las 50 personas mayores del centro comunidad de cuidado.

En cada intervención se realizará la adaptación del espacio que permita el acceso de las personas mayores con ayuda técnica y se preparará los materiales a utilizar de acuerdo con la metodología dispuesta por cada profesional, así mismo las participantes se ubican teniendo en cuenta normas de distanciamiento social y evitando elementos que interfieran con el buen desarrollo de la actividad.

Para este mes se proyectaron actividades para los días: 02, 03 (2 sesiones), 05, 07, 08, 09,16, 19, 24, 26, 29 y 30 (3 sesiones) del mes de abril del 2025.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Terapia Ocupacional:

03 de abril:Se llevó a cabo un ejercicio de estereognosia utilizando tableros de destrezas equipados con tuercas, arandelas y tornillos de diversos tamaños. Para potenciar la experiencia sensorial, se vendó los ojos de las participantes, lo que favoreció la discriminación táctil y estimuló la integración bilateral. Esta dinámica no solo promovió el reconocimiento de objetos a través del sentido del tacto, sino que también estimuló importantes procesos cognitivos como la planificación motriz, la ejecución secuencial de acciones y el desarrollo de la destreza manual fina.

16 de abril: Durante esta sesión se continuó fortaleciendo las habilidades de percepción espacial, visual y táctil mediante una actividad multisensorial con plastilina terapéutica. Como punto de partida, se propuso a las participantes realizar una tarea de discriminación táctil: separar pequeñas pepas u objetos incrustados en la plastilina, empleando exclusivamente el sentido del tacto. Esta dinámica permitió trabajar de manera activa la identificación de texturas, formas y tamaños, promoviendo al mismo tiempo la motricidad fina y la coordinación ojo mano en etapas posteriores. Además, en la actividad integró el canal olfativo, incorporando esencias de sándalo y lavanda, lo que enriqueció la experiencia sensorial, aportando un efecto relajante y estimulante para la concentración y el bienestar emocional.

Psicología:

30 de abril (2 sesiones a.m/ p.m):La sesión comenzó con la creación de un entorno sensorial meticulosamente diseñado para optimizar la experiencia de relajación y bienestar. Se implementó una iluminación ambiental suave y cromática, que no solo mejora la percepción visual, sino que también favorece la inducción de un estado de calma y serenidad. Esta atmósfera se enriqueció con aromaterapia floral, seleccionando esencias específicas que activan el sistema olfativo y contribuyen a la reducción del estrés y la ansiedad. Posteriormente, se utilizó la técnica de vibrotacto en una camilla especializada, ajustando con precisión la frecuencia e intensidad de las vibraciones. Este enfoque permite personalizar la experiencia según las preferencias y la tolerancia de cada individuo, proporcionando una estimulación táctil profunda que facilita la conexión entre la mente y el cuerpo. Simultáneamente, se llevó a cabo una terapia manual enfocada en las manos, empleando técnicas de masaje diseñadas para inducir la relajación, mejorar la circulación sanguínea y liberar tensiones acumuladas. Este proceso integral de estimulación sensorial no solo busca aliviar el malestar físico, sino también promover un estado de bienestar holístico, fortaleciendo la conexión con el propio cuerpo y favoreciendo un equilibrio emocional.

Enfermería

2 y 5 de abril: se desarrollo actividad de estimulación táctil, donde se integraron a 4 personas mayores por actividad realizando una sesion de reconocimiento de texturas y figuras gigantes el cual proporcione reforzamiento en su estimulacion sensorial, buscando generar sensaciones agradables y placenteras en nuestras personas mayores. la sesión se dirigió de forma individual donde se dieron a tocar y sentir varias texturas y/o figuas a cada una para su posterior identificacion.
9 y 26 de abril: Para esta sesion se seleccionaron 4 personas mayores las cuales se ubicaron en el espacio determinado para la sala sensorial donde se desarrollo actividad de juego y relajacion en piscina de pelotas y ejercicios con balones, Las pelotas proporcionan una experiencia multisensorial que despertará los sentidos o calma masajeando todo el cuerpo, brindarán apoyo flotante, sensación de presión profunda y fomentarán la relajación. Una experiencia sensorial táctil y beneficios terapéuticos que las personas mayores disfrutarán, además de proporcionar estímulos auditivos y visuales.
19 de abril: En esta sesion se implemento una sesion de masajes trabajando la parte tactil que genere un ambiente comodo y sueve para las participantes. La estimulación sensorial con masajes ayudar a mejorar su flujo sanguineo y a reactivar sus sentidos, ademas puede ayudar a mejorar el estado de ánimo y a reducir la ansiedad. adicional como contemplacion y generando un espacio de relajacion, durante el desarrollo de este se trabajo el tacto como resultado un espacio de armonia y relajacion. se ubicaron en sillas y cama sentadas posterior se les realizo un masaje terapeutico con elementos y cremas relajantes. generando un espacio de paz y armonia entre ellas mejorando su confianza y su capacidad de autocontrol.

Fisioterapia:
03 abril: Durante la sesión realizada en la estimulación del sistema vestibular con las personas mayores, se utilizó el balón de Bobath para facilitar la adaptación a diferentes estímulos y activar reacciones protectoras. Inicialmente, se realizaron ejercicios de ajuste postural, donde la persona mayor mantenía una posición sedente sobre una superficie inestable, experimentando leves perturbaciones para fomentar la estabilidad. Posteriormente, se alternaron agarres de mano a un barandal para desafiar el equilibrio y se realizaron posicionamientos en prono y supino sobre el balón.

08 de abril: Durante la sesión de estimulación sensorial enfocada en el sentido del tacto para personas mayores, se implementan diversas actividades utilizando tablas y libros sensoriales. Una de las estrategias consistió en solicitar a los participantes que, con los ojos cerrados, exploren diferentes texturas presentes en estos materiales. El objetivo principal de esta fase es fomentar la correlación entre la sensación táctil percibida y el objeto o material que la produce. Posteriormente, se les pide identificar el tipo de textura (áspera, suave, rugosa, etc.) y asignarle un nombre o describir a qué se asemeja. Finalmente, esta experiencia táctil se vincula con la modalidad visual o verbal, según las capacidades individuales de cada persona mayor, reforzando así la integración sensorial y la conexión entre las diferentes formas de percepción.

Gerontología:

En las jornadas del 24 y 30 de abril, se llevó a cabo una actividad de estimulación olfativa, diseñada para despertar y fortalecer el sentido del olfato a través de una experiencia inmersiva y multisensorial donde las personas mayores deben correlacionar el aroma con la imagen correspondiente. Con el objetivo de facilitar una concentración profunda y una conexión con los aromas, se prepara el espacio libre de distracciones visuales y auditivas. La atmósfera se enriquece con música suave.
Se dispone de diez aceites esenciales (manzana, durazno, naranja, chocolate, limoncillo, eucalipto, jazmín, lavanda, rosas, roble.) empleando el café para neutralizar el olfato entre diferentes fragancias. La sesión se inició con una fase de reconocimiento visual donde debieron observar y nombrar cada una de las imágenes, estableciendo así un primer vínculo cognitivo con los elementos que posteriormente se explorarían a través del olfato. Esta etapa preparatoria buscaba activar la memoria visual para posteriormente explorar las dos técnicas olfativas
continuación, se desarrollaron los ejercicios de identificación olfativa mediante dos técnicas complementarias:
1. Inhalación por la boca: En esta primera técnica, se invita a los participantes a inhalar suavemente el aroma de cada aceite a través de la boca. Este método permite una percepción más sutil y diferenciada de las notas aromáticas, facilitando la medición consciente con la imagen previamente identificada. Se buscaba establecer una conexión directa entre la representación visual y la experiencia olfativa.
2. Inhalación por la nariz: La segunda técnica consistió en inhalar profundamente el aroma de cada aceite a través de la nariz. Esta vía de percepción olfativa es más directa e intensa, permitiendo una apreciación más completa y rica de las diferentes capas y matices de cada fragancia. El objetivo de este ejercicio era reforzar la conexión establecida previamente y profundizar en la memoria olfativa asociada a cada imagen.

Nutrición:

7 abril am: Se realiza actividad de estimulación gustativa a las personas mayores con diferentes alimentos. Se explica inicialmente el objetivo de la actividad donde la persona mayor debe identificar por medio de la estimulación de las papilas gustativas el sabor y la consistencia de los alimentos que está consumiendo (crocante) se ofrecen alimentos como galletas dulces y saladas. Una vez ubicada la persona mayor en el sitio de trabajo, se brindarán tres tipos de galletas (Wafer, ducales y saltin) con texturas crocante en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer consciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique el tipo de galletas que está consumiendo, la textura y el sabor. Finalmente se enseña qué alimentos fueron ofrecidos y sus beneficios.

29 de abril pm:Se realiza actividad de estimulación gustativa a las personas mayores con diferentes alimentos. Se explica inicialmente el objetivo de la actividad donde la persona mayor debe identificar por medio de la estimulación de las papilas gustativas el sabor y la consistencia de los alimentos que está consumiendo (crocante) se ofrecen alimentos como galletas dulces y saladas. Una vez ubicada la persona mayor en el sitio de trabajo, se brindarán tres tipos de galletas (Wafer, ducales y saltin) con texturas crocante en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer consciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique el tipo de galletas que está consumiendo, la textura y el sabor. Finalmente se enseña qué alimentos fueron ofrecidos y sus beneficios.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Una vez finalizada cada sesión se realiza retroalimentación a lugar, se orienta a las participantes para el lavado de manos y se asiste nuevamente en los desplazamientos a las personas mayores que lo requieran, se realiza la organización del espacio , así como limpieza y desinfección de los elementos utilizados.

3.4.RECURSOS	
1 mesa plástica.	1 proyector de luces
1 Libro de texturas.	Aceites
1 Difusor de olores.	10 fichas de parques.
4 optaluz.	4 sillas rimax
2 tableros de destrezas.	4 sillas rimax
4 plastilina terapéuticas.	4 guantes de texturas.
4 canastillas.	1 crema exfoliante de manos,
120 pepas pequeñas.	1 crema hidratante.
10 aceites esenciales	5 canastos.
imagenes	1 piscina de pelotas.
Guantes	Mobiliario de gimnasio.
1 serie de luces intermitentes.	1 piscina de pelotas.
1 Tablero de circuitos sensorial.	Mobiliario de gimnasio.
Alimentos como galleta dulce y salada	Balón de Bobath
manta termica cervical	Utensilios de cocina

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Terapia Ocupacional:

03 de abril: A través del ejercicio realizado, las participantes lograron identificar y clasificar objetos de acuerdo con su forma, tamaño y textura en su mayoría, utilizando principalmente el proceso de ensayo y error. Esta dinámica permitió poner en práctica y fortalecer habilidades como la conciencia corporal, la atención sostenida, la planificación motriz y la resolución de problemas.

Persona mayor: María de los Angeles Rodríguez Merchan cc. 52286654 No firma

16 de abril: La actividad desarrollada permitió alcanzar de manera satisfactoria los objetivos propuestos en cuanto a la estimulación de la percepción táctil y la integración sensorial. Las participantes respondieron positivamente al desafío de identificar y separar objetos sin apoyo visual, demostrando una actitud receptiva y un alto nivel de participación.

Persona mayor: Rosa María Barbosa Villalobos cc. 53905721 No firma

Psicología

30 de abril: Se observó una reducción considerable en los niveles de estrés y ansiedad, gracias a la combinación de la iluminación ambiental y la aromaterapia, que favorecieron un estado de calma y relajación. La aplicación de vibrotáctil permite una personalización efectiva de la experiencia, lo que resultó en una mayor satisfacción y conexión mente-cuerpo. Además, las técnicas de masaje manual en las manos no sólo promovieron la relajación, sino que también mejoraron la circulación sanguínea y facilitaron la liberación de tensiones acumuladas. En conjunto, estos logros reflejan la efectividad del enfoque integral de estimulación sensorial, contribuyendo a un estado de bienestar holístico y a una mayor conciencia corporal entre los participantes.

Persona mayor Concepción Bernal cc. 35475774 No firma

Enfermería:
2, 5, 9, 19 y 26 de abril: Durante el desarrollo de las diferentes actividades se logró que todas las participantes realizarán el tocamiento de las diferentes texturas, estimulación en psicina de pelotas al igual que la realización de los ejercicios y estiramientos ofrecidos el cual se realizó de forma asistida e individualizada durante todo el tiempo de la dinámica, al inicio algunas de ellas mostraron resistencia al no querer tocar ni realizar las mismas, en general las personas mayores asistentes mostraron agrado mediantes risas y señas por la estimulación ofrecida tolerando el tiempo y desarrollo de la misma.
Persona mayor: Luz Amanda Neira CC. 52287577 No firma.

Fisioterapia:
03 de abril : Estas actividades buscaban estimular la parte vestibular, promoviendo la adaptación a los cambios de posición, la respuesta a los estímulos propioceptivos y la activación de las reacciones necesarias para mantener el equilibrio y la seguridad. En conclusión En la sesión de estimulación sensorial con balón de Bobath, se logra evidenciar una respuesta neuromotora y propioceptiva de carácter protector; no obstante, esta tiende a ser lentificada para los estímulos exteroceptivos. Adicionalmente, se determinó que la optimización de la comprensión y el seguimiento de las instrucciones requiere una guía mano sobre mano, garantizando así la ejecución de la actividad.

Persona mayor: Gloria Hoyos, C.C 53905872 No firma.

08 de abril: Al realizar la actividad de tocar diferentes texturas y decir a qué objeto conocido se parecen, las personas mayores acertaron solo la mitad de las veces. Esto nos muestra que identificar texturas y relacionarlas con objetos es algo que se les dificulta. Por eso, es muy importante ayudarles y darles pistas durante la actividad para que su cerebro y sus manos vuelvan a conectar esta información. Así, poco a poco, podrán mejorar su capacidad de reconocer las cosas por el tacto.

Persona mayor: Maria Belen Piñeros Guerrero. C.C 41333583 No firma.

Gerontología: A través de estas dos técnicas de inhalación, los participantes pudieron explorar y ejercitar su capacidad para distinguir, recordar y asociar aromas con sus representaciones visuales. La actividad de estimulación olfativa no solo buscó despertar el sentido del olfato, sino también fomentar la concentración, la memoria y la conexión entre diferentes modalidades sensoriales.

Persona Mayor: Maria Yinet Fernandez Silva C:C: 52.873.858 firma

Nutrición: Durante la ejecución de la actividad, las personas mayores logran estimular las papilas gustativas con los alimentos ofrecidos, durante este mes se estimuló la textura crocante en diferente sabor (salado y dulce). Las personas mayores muestran agrado por la actividad realizada, teniendo muy buena aceptación.

Cocepción Bernal Ovalle CC: 35475774 No firma
Luz Marina Garces CC: 1193480607 No firma

Nombre del profesional que evalúa:Yeny Milena Rincón R - Psicóloga. Yamile Viana - Nutricionista. Yolima Beltrán - Gerontóloga. Viviana Josa - Terapeuta ocupacional. Yuly Avila - Fisioterapia. Fanny Pinzón, Adriana Rodríguez, Rosa Gómez, Cleya Malagon - Enfermera.

Coordinadora: María Gilma Castro Castro Sa. Ma Gilma C.

SE ANEXA EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Terapia Ocupacional:





Psicología:





Enfermería:











Fisioterapia:





Gerontología:





Nutrición:


Cajicá
07/04/2025, 10:40am


Cajicá
07/04/2025, 10:46am


Cajicá
29/04/2025, 2:50pm


Cajicá
29/04/2025, 2:54pm