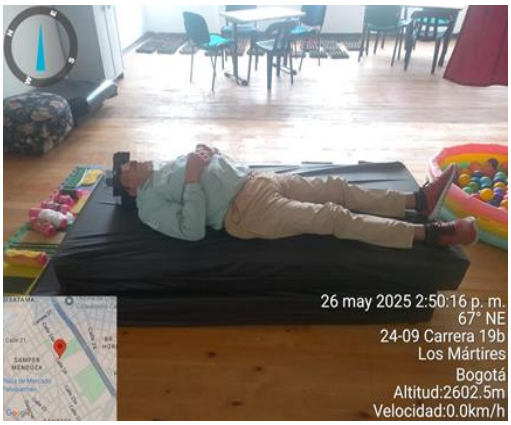
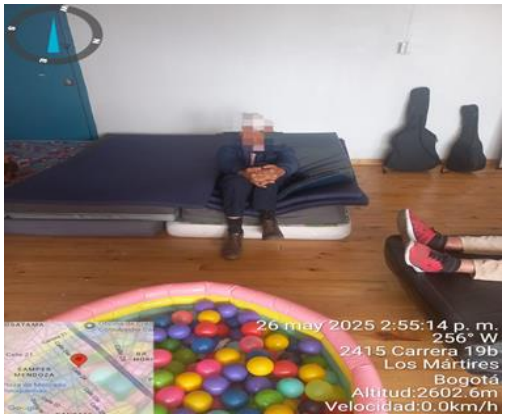
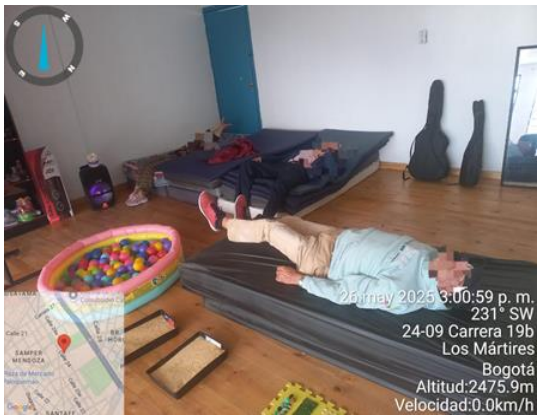
Lugar	Centro Cuidado Transitorio Samper Mendoza
Fecha	26/05/2025
Tema	ACTIVIDAD SENSORIAL
	Se invita a las personas mayores asistentes al servicio a participar en la actividad sensorial que se llevará a cabo en el salón sensorial de la unidad operativa Samper Mendoza. Se cuenta con la participación de las personas mayores Manuel José Cabuya, Ramon Alfonso Escobar y María Berenice Soto, quienes hacen presencia y participan. Se brinda un espacio de escucha y reflexión en el que las personas mayores aprovechan para relajar el cuerpo y el alma, buscando reducir la tensión física y mental. Se usan distintas técnicas tales como la respiración profunda, la meditación y la relajación muscular progresiva. Al relajar los músculos, se disminuyen las contracciones involuntarias y la rigidez. La relajación puede ayudar a reducir la angustia y el miedo, permitiendo una mayor calma y tranquilidad. La relajación ayuda a combatir los efectos negativos del estrés en la mente y el cuerpo, como dolores de cabeza, insomnio y presión arterial alta. Una relajación adecuada puede facilitar la transición a un sueño reparador y profundo. La relajación juega un papel crucial, ya que, al promover un estado de calma en el cuerpo, puede contribuir a aliviar o prevenir estas afecciones.









	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	Manuel Orjuela	Auxiliar en enfermería	CCT Samper Mendoza
	Manuel José Cabuya	Persona mayor	No aplica

	Ramón Alfonso Espitia 	Persona mayor	No aplica
	María Berenice Soto 	Persona mayor	No aplica

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No aplica	No aplica	No aplica
Próxima reunión	No aplica		
Elaboró	Manuel Orjuela Aux enfermería CCT Samper Mendoza		