ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021 Pagina: 1 de 1

Modalidad:	CUIDADO TRANSITORIO DÍA - NOCHE	Fecha de eiecución:	17	8	2022

Unidad Operativa: MEMORIA Y SABER

Eje de Atención: Imaginarios y Prácticas del Envejecimiento

Línea de Atención: Buenas Prácticas del Envejecimiento | Profesional a cargo: Rocío del Pilar Ricaurte L.

Nombre de la actividad: Estimulacion Visual y Relajación

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Favorecer la identificación, reconocimiento, transformación y resignificación de los imaginarios y prácticas adversas respecto al envejecimiento y la vejez, a través de acciones enfocadas al reconociendo de las diversidades de las personas mayores, así como la promoción de hábitos de vida saludables saludables y de recreación, con el fin de promover la construcción de representaciones sociales y prácticas favorecedoras alrededor del envejecimiento y la vejez.

METODOLOGÍA

1. Bienvenida. 2. Qué es estimulación visual. 3. Actividad de fortalecimiento y activación de los músculos de la cara y del cráneo 4. estimulación visual 5. relajación

MOMENTO INICIAL	Se realiza nueva sesión para las personas mayores que se encuentran en la Unidad operativa y deseen participar en las actividades que se van a realizar en el Salón Sensorial. Una vez convocados se socialización de la actividad y se inicia un Calentamiento céfalo-caudal
MOMENTO CENTRAL	Se inicia con masajes en la cara y alrededor de los ojos para estimular la musculatura de esta zona. paso siguiente se realiza estimulación con diferentes ejercicios para activar los músculos que se encuentran en los parpados, los oblícuos superiores e inferiores. Esto con el fin de mejorar su visión en cuanto a nitidez y la claridad de los colores y del medio ambiente. Cada movimiento se realiza en franja de 10 movimiento. como el parpadeo constante, mirar un punto fijo, cerca y lejos, seguir el movimiento en círculos con los ojos, sin mover cabeza.. Estimular la visión periférica. Se realiza estimulación visual con luces de colores amarillos y rojos y se les dice que sigan el movimiento de los círculos Luego se les solicita que se acuesten sobre las colchonetas en posición decubito supina y cierre los ojos, paso siguiente se activa poco a poco las colchonetas vibratorias y por un tiempo determinado. Ésta última actividad favore la circulación y relajación de los músculos del cuerpo.
MOMENTO FINAL	En la parte final, se les solicita que poco a poco abran los ojos y se vayan incoporando de las colchonetas. Como también se les solicita que respiren profundo y expresen cómo se sientieron en la actividad

RECURSOS

Luz led	Personas Mayores
colchonetas	Terapeuta Ocupacional
musica	
cabina de sonido	
ambientador	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Las personas mayores manifestaron estar a gusto con estas actividades y cómo pueden favorecen en su bienestar y calidad de vida.