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:	30	9	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 en las personas mayores sensaciones agradables y de bienestar , a través de la estimulación visual y la relajación guiada con el fin de mejorar la calidad de vida.

OBJETIVO ESPECIFICO

Brindar espacios de relajación y tranquilidad por medio estimulos sensoriales

Mejorar la concentración por medio de los estimulos visuales.

METODOLOGÍA

1. Bienvenida. 2. Actividad de fortalecimiento y activación de los músculos de la cara y del cráneo 3. estimulación visual 4. Relajación guiada

MOMENTO INICIAL	Se hace la invitación a las personas mayores que se encuentran en la Unidad operativa ha participar en las actividades que se van a realizar en el Salón Sensorial y los beneficios que pueden generar en su calidad de vida. Una vez convocados se socialización de la actividad y se inicia un Calentamiento céfalo-caudal
MOMENTO CENTRAL	Se les solicita a los participantes que se sienten e inicien la actividad 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 utiliza luz led de diferentes colores y formas. Luego se les solicita que se acuesten sobre las colchonetas en posición decubito supina y cierre los ojos, paso siguiente se les solicita que escuchen un audio y siga las indicaciones para poder relajarse.
MOMENTO FINAL	En la parte final, se les solicita que poco a poco abran los ojos y se vayan incoporando de las colchonetas. Se les solicita que respiren profundo y expresen cómo se sienten y si se cumplio con el propósito de la actividad.

RECURSOS

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

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Las personas mayores refieren que sienten descanso en sus ojos como en su cuerpo en general por las actividades que se les brindo.