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	05	2025	al	31	05	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: 03, 08, 10, 14 (dos sesiones), 17, 22 (dos sesiones), 23, 24, 27, 29 (3 sesiones) y 30 de mayo de 2025.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Terapia Ocupacional:

14 de mayo: Se llevo a cabo actividad dediscriminación tactil enfatizando en la población que presenta defensibilidad tactil o cuyas caracteristicas requieren de la promoción de respuestas adaptativas a este tipo de estímulos. Se inició con la exploración de texturas con el uso de tablas en un orden de la más suave a la mas aspera y visceversa, posteriormente se utilizó una bolsa rellena de espuma de afeitar como estímulo táctil, solicitando a las participantes que aplicaran presión y deslizaran sus plamas sobre este objeto, promoviendo la autorregulación de la fuerza aplicada y la puesta en practica de habilidades de coordinación motora fina a nivel digital.

22 de mayo: Se llevó a cabo una sesión de relajación utilizando como medio la aplicación de mascarillas faciales. La sesión inició con toques suaves en la piel, utilizando algodón impregnado con crema hidratante, como método de adaptación de temperatura en toda la superficie de la cara y el cuello. Posteriormente, se colocaron mascarillas frías, las cuales permanecieron en su lugar durante algunos minutos, facilitando así la disminución de niveles de ansiedad y estrés. Durante este tiempo, se implementaron estímulos auditivos con música relajante para potenciar el efecto calmante. Al finalizar el tiempo establecido, se retiraron los elementos utilizados y se concluyó con la limpieza facial y la aplicación de productos humectantes para mantener la piel hidratada.

Psicología:

29 y 30 de mayo: En la fase inicial de la sesión de estimulación sensorial, se preparó un entorno acogedor utilizando luces de colores suaves y envolventes, dispuestas estratégicamente para captar la atención del participante, quien fue ubicado frente a un espejo. Esta disposición no solo facilitó la observación de los efectos lumínicos, sino que también promovió una mayor conexión con su percepción visual y emocional. Para aumentar el confort, se colocaron mantas térmicas en las piernas y brazos del participante. Durante el momento central, se llevó a cabo la interacción directa con las luces, fomentando la observación activa y la expresión de sensaciones. El espejo amplificó la experiencia, mientras que un masaje en las manos, realizado con crema, añadió una dimensión táctil que promovió la relajación y el bienestar. Este proceso se acompañó de un diálogo empático que validó las experiencias del participante, fortaleciendo su autoestima y conexión emocional.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Enfermería** **3 y 17 de mayo**: En esta sesion se implemento una proyeccion de luces trabajando la parte visual que genere un ambiente comodo y sueve para las participantes. La estimulación sensorial con luces ayudar a mejorar su calidad de vida 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 indico que prendieran el tablero con varios tipos de switch identificando la luz que se proyectaban. generando un espacio de paz y armonia entre ellas mejorando su confianza y su capacidad de autocontrol. **10 de mayo:** 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 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. **14 y 24 de mayo:** Para esta sesion se ubicaron a las personas mayores en el espacio determinado para la sala sensorial donde se desarrollo actividad de juego, relajacion con balones y sesión de masajes en la que se busca reducir el estrés y la tensión muscular, mejorar la circulación sanguínea y promover la relajación mental y física. Mediante calor, presión suave y movimientos rítmicos de los masajes relajantes se busca calmar el sistema nervioso y liberar endorfinas, logrando efecto calmante y mejorando el estado de ánimo de las participantes.
	Fisioterapia: El día **8 de mayo** se realiza sesión de estimulación de propiedades equilibradoras, respuestas protectoras y trabajo de ubicación temporo espacial. La sesión se desarrolla comenzando con un explicación verbal y gestual de lo que se va a llevar a cabo, se continua con movilidad articular activa de forma céfalo caudal. Se inicia con marcha lateral apoyada por pasamanos, trabajo de marcha en línea recta con un apoyo visual (cinta en el piso) se trabaja desplazamiento anterior posterior y lateral y finalmente se trabaja en plataforma inestable con apoyo permanente para estimular campos visuales, respuestas posturales y protectoras ante terreno irregular. El día **23 de mayo** se trabajan acciones encaminadas al patrón de marcha en terreno con obstáculos por ello se realiza sesión en la piscina de pelotas. Como actividad introductoria se fomenta un ejercicios divertido para que cada persona mayor traslade un color específico de pelota de un lado al otro de la piscina hasta completar 10 pelotas, posterior se trabaja desplazamiento anterior y lateral con apoyo, donde ellas tenia que ir armando camino entre las múltiples pelotas encontradas en la piscina, finalmente se coloca un ejercicio de equilibrio unipodal y fortalecimiento donde desde posición sedente empujan las pelota realizando extensión de rodilla, la resistencia la proporcionan las pelotas que se encuentran en la piscina. **Gerontología**: Durante las sesiones del 22 y 27 de mayo, facilitamos estimulación táctil para nuestros participantes mayores. Cada sesión comenzó creando un ambiente tranquilo y concentrado con música relajante, lo que ayudó a todos a integrarse en la actividad. Estas sesiones se realizaron en la identificación táctil: se pedía a los participantes que identificaran diversos objetos colocados dentro de un espacio texturizado únicamente mediante el tacto. Si bien la actividad se diseñó inicialmente para personas con discapacidad visual, se adaptó para incluir a personas con alguna capacidad visual mediante el uso de opta luz El espacio texturizado contenía una gran variedad de objetos, con texturas, tamaños y formas variables. Entre ellos se encontraban objetos comunes como crayones, lentejas, frijoles, semillas diversas, botones y cuentas pequeñas . Los participantes recibieron peticiones específicas y luego tuvieron que localizar los objetos correspondientes utilizando el sentido del tacto.
	Nutrición: **29 mayo 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 (blandos) se ofrecen alimentos como huevos en diferentes preparaciones. Una vez ubicada la persona mayor en el sitio de trabajo, se brindarán tres tipos de huevos (cocido, revuelto y en tortilla) en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer consciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique los diferentes tipos de preparaciones que está consumiendo, la textura y el sabor. Finalmente se enseña qué alimentos fueron ofrecidos y sus beneficios. **29 de mayo 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 (blandos) se ofrecen alimentos como huevos en diferentes preparaciones. Una vez ubicada la persona mayor en el sitio de trabajo, se brindarán tres tipos de huevos (cocido, revuelto y en tortilla) en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer consciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique los diferentes tipos de preparaciones 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
6 tablas de textura.	Aceites
1 Difusor de olores.	10 fichas de parques.
4 pelotas luminosas.	4 sillas rimax
1 espuma de afeitar.	4 sillas rimax
4 mascarillas faciales hidratantes.	4 guantes de texturas.
1 paquete de algodón.	1 crema exfoliante de manos,
1 crema facial hidratante.	1 crema hidratante.
10 aceites esenciales	5 canastos.
imagenes	1 piscina de pelotas.
Guantes	Tabla de equilibrio
1 serie de luces intermitentes.	1 piscina de pelotas.
1 Tablero de circuitos sensorial.	Mobiliario de gimnasio.
Alimentos huevos	Balón de Bobath
manta termica cervical	Utensilios de cocina

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Terapia Ocupacional:

14 de mayo: Durante la sesión, las participantes lograron progresar hacia mayores niveles de tolerancia al contacto con diferentes estímulos, asimismo demostraron una mayor conciencia corporal al explorar las texturas con el dorso, las palmas y los espacios interdigitales de sus manos. La mayoría mostró preferencia por las texturas más suaves, aunque sin resistirse a las ásperas. A través de esta actividad, se favoreció el desarrollo de respuestas adaptativas y la discriminación sensorial, lo cual contribuye significativamente a u mejor desempeño en tareas cotidianas.

Persona mayor: Baudelina Romero **CC**. 53905790 No firma

22 de mayo: Mediante los estímulos utilizados, se observaron algunas reacciones de bienestar en las personas mayores, lo que se tradujo en una mayor tolerancia al uso de la mascarilla, la cual generalmente solían retirar debido a la humedad y la sensación de frío. Sin embargo, paulatinamente se logró una adaptación a estos estímulos, permitiendo que permanecieran con la mascarilla durante el tiempo establecido. Este tipo de intervenciones sensoriales, en algunos casos, favorecieron respuestas de relajación y alivio en las personas mayores, contribuyendo a mejorar su experiencia y calidad de vida.

Persona mayor: Rosa Helena Goméz CC. 53905861 No firma

Psicología

29 y 30: de Mayo La evaluación de la sesión se realizó mediante la observación de las reacciones y respuestas del participante durante toda la actividad. Se registraron momentos de alegría y sorpresa, así como una notable mejora en la atención y la concentración a lo largo de la experiencia. La interacción con las luces de colores, el uso del espejo y el masaje en las manos demostraron ser efectivos para estimular la percepción sensorial y emocional del individuo. Al finalizar, se llevó a cabo una breve conversación reflexiva que permitió al participante verbalizar sus sentimientos y pensamientos sobre la actividad, lo que evidenció un impacto positivo en su estado anímico. Este tipo de intervenciones se consideran valiosas para el bienestar integral de las personas mayores, resaltando la importancia de la estimulación sensorial en su cuidado.

Persona mayor Cecilia Borraz cc. 52381607 No firma

.

Enfermería:
3, 10, 14, 17 y 24 de mayo: Durante el desarrollo de las diferentes actividades se logró que todas las participantes realizarán la estimulacion con las luces intermitentes, 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: Maria Yineth Fernandez Silva CC. 52873858 No firma.

Fisioterapia:
8 de mayo: al tener factores patológicos y cognitivos donde la población es más vulnerable a caídas, esta intervención pone en práctica herramientas y ejercicios donde al ser individualizados impactan positivamente a la persona mayor a nivel neuromotor, activando respuestas protectoras y eliminan riesgos o factores ya que el acompañamiento del profesional es permanente. Se dará continuidad a estas prácticas que aportan a un envejecimiento activo y seguro.

Persona mayor: Ana Rosa Forero CC. 53906013, No firma

23 de mayo: dada las circunstancias de las personas mayores, se trabaja de forma preventiva para que ellas puedan explorar respuestas protectoras, ajustes, equilibrios y trabajo de marcha con obstáculos, logrando mantener activo el cerebro y decepcionando las diferentes señales a las que día a día se exponen en el medio institucional y externo.

Persona mayor: Sara Jaramillo CC. 52286668, No firma.

Gerontología: Los participantes interactuaron con éxito con la diversa gama de objetos y texturas, demostrando su capacidad para identificar objetos únicamente a través del tacto. Este logro destaca el impacto positivo de estas sesiones en su percepción sensorial y su capacidad cognitiva.

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 blanda en un alimento con diferentes preparaciones (huevo cocido, revuelto y en tortilla). Las personas mayores muestran agrado por la actividad realizada, teniendo muy buena aceptación.

Antonia Castiblanco CC: 53905809 No firma
Aurora Gómez CC: 20197130 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 Sor. Ma Gilma C.

SE ANEXA EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

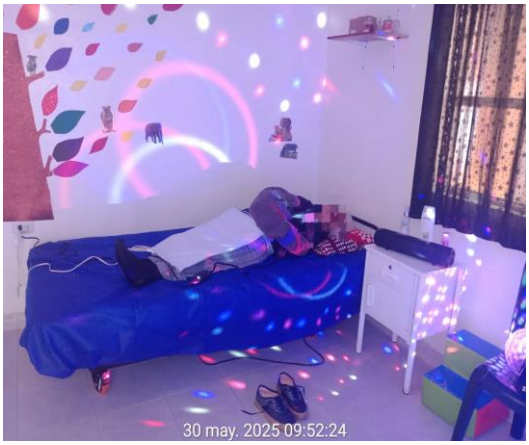
Terapia Ocupacional:





Psicología:



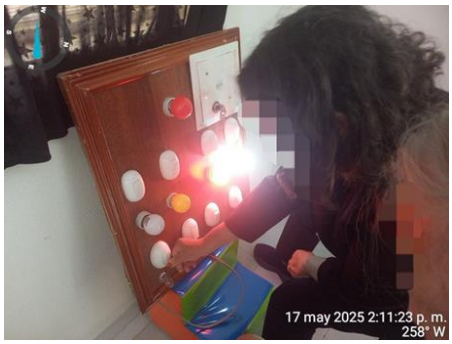


Enfermería:











Fisioterapia:





Gerontología:





Nutrición:





