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 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: comunidad de cuidado 1.1.Unidad Operativa/Lote/Zona: San José

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: N/A

2.1. Fecha de Ejecución:

7	7	2025	al	24	7	2025		

2.2. Nombre del encuentro: 1. Nuestra diversidad, 2. Mi tierra,3. Manitas Curiosas, 4. Conectando cuerpo y mente, 5. Sonidos de mi tierra, 6. Sensación tactil, 7. Mi cuerpo en el espacio, 8.Completo los dichos o refranes, 9. Reminiscencia Musical, 10.Reconociendo el Mundo a Través del Tacto , 11.Siento y Pienso , 12.Memoria Olfativa , 13.Sensaciones, 14. Masaje corporal, 15. aerobicos con bastoncillos.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Wendy Yulanny Álvarez Niño (Terapeuta Ocupacional)- Darlene Alzate Pardo (Gerontologia)- Diana Muñoz Mendez(Fisioterapeuta) -Johanna Mesa Camelo (Psicologa) Zulay Rojas (Trabajadora Social) (Enfermera)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
Favorecer las capacidades, habilidades comunicativas y sociales de las personas mayores a través de actividades ocupacionales significativas para el mantenimiento de su desempeño.
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Actividad 1: Conserva la concentración y atención selectiva, por medio de la identificación y memorización auditiva de sonidos, de animales y de la selva.
Actividad 2: Preservar procesos de la memoria episódica, en las personas mayores ejercitando la memorización auditiva a través de la identificación de géneros musicales colombianos asociando instrumentos y regiones de Colombia.
Actividad 3: Estimular el sentido del tacto de las personas mayores a través de ejercicios simples de sensación tactil mejorando la percepción sensorial del participante.
Actividad 4: Estimular las capacidades motrices y la coordinación viso -manual de la persona mayor a través de la realización de movimientos precisos y coordinados que permitan el mantenimiento de la motricidad y autonomía.
Actividad 5: Conservar la capacidad sensitiva-auditiva, la concentración y la atenció mediante identificación y reconocimiento de estimulos sonoros de temas musicales
Actividad 6: Optimizar la capacidad táctil en las personas mayores a través de la exploracion de diferentes estimulos que permitan desarrollar su respuesta sensorial.
Actividad 7: Estimular la capacidad del cuerpo de percibir su posicion y movimiento mediante estrategias dinamicas que permitan la optimización de la propiocepcion.
Actividad 8: Estimular la memoria, el lenguaje y la atención a través de la evocación y asociación de dichos o refranes populares, promoviendo además la participación activa y el reconocimiento de la sabiduría popular.
Actividad 9: Estimular la memoria emocional y cognitiva en las personas mayores mediante el recuerdo de canciones significativas de su pasado, promoviendo la expresión de emociones, el fortalecimiento de la identidad personal y cultural, así como la mejora del bienestar psicosocial y la interacción con su entorno.
Actividad 10: Estimular el sentido del tacto en las personas mayores mediante la manipulación de materiales rígidos (como madera, plástico y rugoso), con el fin de mantener la sensibilidad cutánea, favorecer la percepción de texturas y formas, y promover la conexión sensorial con el entorno.
Actividad 11: Estimular las funciones cognitivas (memoria, atención, lenguaje y pensamiento lógico) y el sentido del tacto en las persona mayores mediante una dinámica sensorial y de reconocimiento.
Actividad 12: Estimular el entido del olfato por medio de esencias de diferentes olores coomo: rosas, manzanilla, manzana, eucalipto, durazno, jazmin, er
Actividad 13: Potenciar las habilidades motoras finas por medio de aplicacion de estimulación táctil, favoreciendo el desempeño en las actividades de la vida diaria.
Actividad 14: Favorecer la moviliad articular en miembros inferiores y superiores de las personas mayores, por medio de estimulacion propioceptiva pasiva (masaje corporal), promoviendo un buen desempeño ocupacional.
Actividad 15: Mantener las habilidades fisicas y de coordinacion por medio de ejercicios musicalizados guiados facilitando la ejecucion en las actividades de la vida diaria.
3.3. METODOLOGÍA
Actividad 1:"Nuestra diversidad" Por el área de psicología, se convocó a las personas mayores el día 9 de julio del 2025, a participar en actividad grupal en el salón sensorial, empleando como herramienta audios de sonidos de animales de la selva amazónica , a fin de motivar ejercitar procesos concentración y atención selectiva, en donde las personas mayores logren ejercitar la memorización auditiva y del mismo modo se activen otros procesos cognitivos como; Percepción, Atención, Memoria, Pensamiento y Lenguaje.
Actividad 2: Desde el área de psicología, se convocó a las personas mayores de la comunidad de cuidado San José, a participar en actividad grupal denominada "Mi tierra" el día 28 de julio del 2025, en el salón sensorial, empleando como herramienta temas musicales de distintas regiones de Colombia, a fin de preservar procesos de la memoria episódica, en donde las personas mayores ejerciten la memorización auditiva identificando en las canciones, géneros, épocas, culturas, instrumentos y regiones geograficas de Colombia.
Actividad 3: Actividad "Manitas curiosas" se proyecta para el día 7 de julio de 2025, para la cual se convoca a las personas mayores a participar de esta en el salón sensorial por el área de Gerontología, con el fin de realizar actividad de estimulación sensorial táctil.
Actividad 4: Actividad "Conectando cuerpo y mente" se proyecta para el día 21 de julio de 2025, para la cual se convoca a las personas mayores a

3.3.1 MOMENTO INICIAL	participar de esta en el salón sensorial por el área de Gerontología, con el fin de realizar actividad de estimulación sensorial. Se realiza traslado de personas mayores interesadas en realizar la actividad.
	Actividad 5: La actividad "Sonidos de mi tierra" se llevo a cabo el día 09 de julio de 2025, invitando a participar en actividad grupal a las personas mayores en el salón sensorial, utilizando como herramienta instrumentos musicales y temas musicales de canciones tipicas de las regiones de cada uno de los participantes con el fin de optimizar la concentración, atención y capacidad de escucha de las personas mayores.
	Actividad 6: La actividad "Sensación tactil" se desarrolló el día 16 de julio de 2025 , en la cual se convoca a las personas mayores a ser partícipes de la estimulación en el salón sensorial por fisioterapeuta con el fin de desarrollar su respuesta ante estímulos táctiles por medio de la manipulacion de materiales de diferentes texturas y el reconocimiento de la composicion de nuestro cuerpo.
	Actividad 7: La actividad "Mi cuerpo en el espacio" se desarrolló el dia 23 de julio de 2025 en la cual se convoca a las personas mayores a ser partícipes de la estimulación en el salón sensorialcon el fin de desarrollar su respuesta ante estímulos propioceptivos frente al espejo por medio de la implementacion de ejercicios ludicos y dinamicos de control del movimiento, equilibrio y estabilidad.
	Actividad 8: La actividada "Completo los dichos o refranes" se proyecta realizar el 23 de julio del 2025 en el salon sensorial con un grupo de personas mayores, las cuales se convocaran a participar de juegos de completar refranes siendo una herramienta lúdica y terapéutica que permite estimular la memoria, el lenguaje y la atención, a través del uso de expresiones populares. Esta actividad busca fortalecer la identidad cultural, la interacción social y favorecer la autoestima, al permitir que las personas mayores compartan su sabiduría y experiencia de forma amena y significativa.
	Actividad 9: La actividad "Reminiscencia Musical" se proyecta realizar el 28 de julio del 2025 con las personas mayores quienes seran convocadas en el area del salon sensorial, en donde se desarrollara la actividad musical con el objetivo de estimular la memoria emocional y cognitiva en las personas mayores mediante el recuerdo de canciones significativas de su pasado, promoviendo la expresión de emociones, el fortalecimiento de la identidad personal y cultural, así como la mejora del bienestar psicosocial y la interacción con su entorno.
	Actividad 10: la actividad Explorando Texturas: "Reconociendo el Mundo a Través del Tacto" se realizo el 08 de julio de 2025 donde se desplazan a las personas mayores al salon sensorial, se ponen comodos, se brinda una breve explicacion sobre la actividad a tratar y la cual busca estimular el sentido del tacto en adultos mayores mediante la manipulación de materiales con diferentes texturas (rugosos, lisos y suaves), favoreciendo el reconocimiento sensorial, la memoria táctil y la interacción significativa con el entorno, donde podran ejercitar su memoria y podran sentir las texturas, donde se podra evidenciar el impacto que tiene en las personas mayores, llevandolos a momentos unicos e irrepetibles.
	Actividad 11: La actividad "Siento y Pienso" se realizo el 19/0/2025 donde se desplazan a las personas mayores al salon sensorial, se ponen comodos, se brinda una breve explicacion sobre la actividad a tratar la cual busca favorecer la memoria sensorial táctil a través del contacto y la vista, promover la atención, el lenguaje y el razonamiento, donde con material didactico que contiene una serie de patrones que debe realizar con las manos para estimular la memoria y la coordinacion sensorial de la persona mayor, se explicara brevemente y se realizara una recreacion por parte de la persona encargada donde mostrara como es la dinámica.
	Actividad 12: "Memoria olfativa" Se dio la bienvenida a las personas mayores en el salon sensorial. Se les explicó brevemente el propósito de la actividad: estimular el sentido del olfato mediante la identificación de diferentes esencias. Para generar un ambiente relajado, se colocó música suave de fondo y se promovió una breve respiración consciente antes de iniciar.
	Actividad 13: La actividad "Sensaciones" consiste en estimulación de los canales receptores del tacto, por medio de la percepción de diferentes texturas por cortos periodos de tiempo y la asociación de estos con elementos comunes del día a día. Para ejecutar esta actividad se invita a las personas mayores que deseen participar y experimentar sensaciones táctiles, seguido a esto se lleva las personas mayores hacia el salón sensorial, estando allí se les indica que se pasaran unas fragancias las cuales deben reconocer y asociar con elementos de la vida diaria. Para esto se le pide a la persona mayor aproximar las manos a la textura y se mantiene por pocos segundos y se retira, se deja un tiempo para que la sensación desaparezca y se prueba con otra textura.
	Actividad 14: " Masaje corporal" esta actividad consiste en estimular los canales receptores de la piel de manos y pies, por medio de moviminetos pasivos, estos estímulos se realizan de forma superficial, ateniendo a lo que pueda experimentar la persona mayor, así mismo favorece la propiocepción corporal. Para ejecutar esta actividad se invita a las personas mayores a participar de la actividad y se les explica el tipo de estimulo a realizar y si seria de su agrado estimular estos canales receptores, seguido a esto se llevan las personas mayores al salón sensorial y se le pide y apoya en descubrir miembros inferiores y superiores, se inicia con pequeños toques con las pelotas sensoriales, hasta que la persona mayor tolere por completo la sensación, estos movimientos se realizan con pequeñas pausas y preguntando con frecuencia si siente agrado por las sensaciones recibidas.
	Actividad 15: "aerobicos con bastoncillos" Esta actividad se basa en la estimulación propioceptiva global por medio de cortos movimientos fuertes emitidos por la silla mecánica, estos estímulos deben ser por cortos periodos de tiempo y vigilar el estado de salud de la persona mayor tras el estímulo, de igual forma es importante preguntar sobre la sensación dada por el estimulo si es agradable. Para ejecutar esta actividad se invita a las personas mayores que deseen participar y experimentar sensaciones olfativas, seguido a esto se lleva las personas mayores hacia el salón sensorial, estando allí se les indica que las sensaciones transmitidas serán por una silla con movimientos y que es importante tener en cuenta los efectos de la sensación recibida, se inicia con movimientos suaves y se va aumentando la frecuencia poco a poco hasta que la persona mayor los acepte, finalmente se inicia a bajar los estímulos hasta llegar a cero, se indaga con la persona mayor sobre las sensaciones recibidas.
	Actividad 1: La actividad del día 9 de julio del 2025,denominada "Nuestra diversidad" se inició con saludo y agradecimiento por el espacio a personas mayores participantes, y se continua con un ejercicio temporo espacial, posteriormente se brinda una breve explicación de la dinámica de la actividad, en la cual deben identificar el sonido que se escucha por espacio de tres a cuatro segundos, y lo deben indicar que era este espacio permitió no solo la ejercitación del sentido auditivo, sino que también genero un espacio de esparcimiento observando interacción entre pares y risas, del mismo se involucraron en la actividad a persona mayores que han periodo capacidad auditiva, lo que motivo a mostrándoles las imágenes con tres opciones del objeto que suena, lo que permitió su participación, lograron así ejercitar procesos de memoria a través de la escucha e imitación de sonidos.
	Actividad 2: En la actividad grupal "Mi tierra" ejecutada el día 28 de julio del 2025, en el salón sensorial, por el área de psicología, se inició con una saludo y bienvenida, posteriormente se explicó la metodología de la actividad, en la cual se invitó a escuchar temas musicales, y durante el ejercicio las personas mayores, debían ir identificando y diciendo lo primero recordaran de ese modo lograron ejercitar el sentido auditivo y los procesos de memoria evocativa, ya que través de la escucha de diversos géneros y temas musicales, las personas mayores participantes ejecutaron procesos de la memoria episódica, identificando en las canciones, géneros, épocas, instrumentos, culturas, regiones de Colombia y del mismo modo asociaron el tema musical con un lugar o con un recuerdo específico de la vida.
	Actividad 3: Actividad "Manitas curiosas" se desarrolla el 7de julio de 2025, se realiza una sesión de estimulación táctil con el fin de mantener

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	habilidades motrices finas como palpar, apretar, coger, así mismo, se lográ estimular habilidades cognitivas como la atención, concentración, percepción y memoria,mejorando la sensibilidad. Para esta sesión se trabaja el reconocimiento de texturas, utilizando tabla y panel de texturas, para tal fin, las personas mayores participantes deben describir la textura que tocan diciendo lo que sienten (suave, duro, liso, corrugado, áspero, etc.). Este ejercicio simple ayuda a reducir el estrés, la ansiedad y la agitación, promoviendo una sensación de calma y relajación.
	Actividad 4: Actividad "Conectando cuerpo y mente" la cual se desarrolla el 21 de julio de 2025 en el salón sensorial. En esta sesión se realiza estimulación múltiple (motriz y cognitiva), la estimulación motriz en adultos mayores es fundamental para mantener su independencia, se enfoca en ejercicios que mejoran la fuerza, el equilibrio, la coordinación y la flexibilidad, adaptados a las capacidades individuales. Para desarrollar esta actividad se utilizan diferentes elementos como bastones cortos y pelotas. Para iniciar se explica a los participantes la dinámica a trabajar, la cual consiste en seguir indicaciones claras y sencillas y desarrollar los ejercicios que muestra la profesional. En un primer momento se realiza un pequeño calentamiento de articulaciones enfocadas al tren superior (cabeza, cuello, hombros, brazos, tronco). En el segundo momento se trabaja con bastones cortos donde la idea es seguir la secuencia de los sonidos que hace la profesional con el elemento, por ejemplo: un golpe, tres golpes, una secuencia, etc). En el tercer momento se realizan ejercicios donde se trabaja coordinación viso – manual y coordinación y tiempo de reacción utilizando pelotas, las cuales deben subir, bajar, cambiar de mano, lanzar al compañero, atrapar, etc.
	Actividad 5: "Sonidos de mi tierra" se lleva a cabo el día 09 de julio de 2025 en el salón sensorial donde se les da la bienvenida y se explica la modalidad de la actividad, el objetivo y toda la dinámica que se desarrollara con estímulos sonoros. Se emiten sonidos de los temas musicales más recordados por las personas mayores, que hayan sido de su época y de la región donde habitaron anteriormente. Al escuchar la interpretación de las canciones, se habla acerca de los géneros musicales, las culturas y tradiciones de cada región al escuchar esta música. Esta actividad se realiza con el fin de motivar el habla y estimular la corteza auditiva ubicada en el lóbulo temporal.
	Actividad 6: "sensación táctil" se lleva a cabo el día 16 de julio de 2025 en el salón sensorial donde se les da la bienvenida y se explica la modalidad de la actividad, el objetivo y toda la dinámica que se desarrollara con estímulos táctiles. Se invita a que cada una de las personas mayores haga contacto tactil con sus manos y realice una descripción detallada de las características de cada una de las texturas que se les facilitan a las personas mayores participantes. Al participar cada uno de los participantes se realiza una integración de conocimientos y se ponen ejemplos de las texturas que logramos explorar.
	Actividad 7: "Mi cuerpo en el espacio" se lleva a cabo el día 23 de julio de 2025 en el salón sensorial donde se les da la bienvenida y se explica la modalidad de la actividad, el objetivo y toda la dinámica que se desarrollara con ejercicios de tipo físico-motor en circuito. Se realiza la explicación de manera clara con demostración, acompañamiento, supervisión y asistencia. Se inicia con movilidad articular de miembros superiores e inferiores en 1 serie de 3 repeticiones cada una hacia flexión y extensión de cabeza, hombros, codos, manos, rodillas y cuello de pie; seguido de este ejercicio se desarrollan ejercicios de proopiocepcion frente al espejo cada uno con reconocimiento corporal frente al espejo; se trabajan ejercicios de descargas de peso de miembros inferiores y control de tronco en sedente corto en silla. Se implementan ejercicios de identificacion del cuerpo humano de manera cefalocaudal con ambientacion musical.
	Actividad 8: La actividada "Completo los dichos o refranes" se llevó a cabo el 23 de julio del 2025 en el salon sensorial con un grupo de personas mayores quienes participaron de la actividad a traves de juegos frente a completar dichos o refranes mencionando los mas comunes y que con facilidad iban completando, asi mismo lograron aprender nuevos dichos que no habian escuchado durante su vida, se les indico la importancia de crear estos espacios de actividades sensoriales las cuales tienen como finalidad estimular los sentidos (vista, oído, tacto, olfato y gusto) para mantener activas las funciones cognitivas, emocionales y físicas. Estas actividades favorecen la conexión con el entorno, evocan recuerdos significativos, mejoran el estado de ánimo, reducen el estrés y fortalecen la comunicación. Además, contribuyen al bienestar integral y a la calidad de vida, especialmente en personas con deterioro cognitivo o limitaciones funcionales.
	Actividad 9: La actividad "Reminiscencia Musical" se desarrollo el 28 de julio del 2025 con las personas mayores quienes fueron convocadas en el area del salon sensorial, en donde participaron de manera activa a traves de la reminiscencia musical la cual fue una estrategia terapéutica que utiliza canciones del pasado para evocar recuerdos significativos en las personas mayores. Favoreciendo la estimulación de la memoria, la expresión de emociones, el fortalecimiento de la identidad y el vínculo con experiencias vividas. Además, contribuye al bienestar emocional, reduce el estrés y promueve la interacción social, convirtiéndose en una herramienta valiosa dentro del acompañamiento psicosocial y la estimulación cognitiva.
	Actividad 10: Se inicia la actividad explorando Texturas: "Reconociendo el Mundo a Través del Tacto" se realizo el 08 de julio de 2025 se da la bienvenida y se brinda una breve explicación del sentido del tacto y su importancia. se realizara una dinámica de calentamiento: los participantes se frotan las manos suavemente para activarlas, acompañados de respiración lenta. Cada adulto mayor explora con los ojos cerrados (si es posible) los diferentes materiales, identificando si son suaves, rugosos o lisos. Luego, se les invita a describir lo que sienten: temperatura, textura, si les recuerda algo, etc. Se organiza un pequeño juego de clasificación: deben colocar cada objeto en su grupo táctil correspondiente (suave, liso, rugoso). Esto favorece la estimulación sensorial en adultos mayores, especialmente aquellos con deterioro cognitivo o pérdida sensorial, promueve el mantenimiento de la sensibilidad táctil, que se pierde con la edad, estimula la memoria táctil y la evocación de recuerdos asociados a sensaciones y esto logra fomentar la interacción social y la expresión emocional.
	Actividad 11: Se inicia la actividad "pienso y siento" la cual se llevo a cabo el 19 de julio de 2025, donde se da una calida bienvenida a las personas mayores que quisieron participar, se realiza un rompe hielo con los asistentes, en la cual cada uno debe expresar que se le dificulta a la hora de realizar la dinamica para poder adaptarlo a sus necesidades, en lo cual damos continuidad con una ayuda didactica en la cual se les explica y se demuestra como deben realizar y recrear las figuras acorde se van pasando, lo cual ayudara para su memoria, coordinacion y motricidad, desde el punto de vista cognitivo, los juegos de memoria ayudan a conservar y ejercitar habilidades como la atención, la concentración, el razonamiento y el recuerdo. Estimular estas funciones a través del juego retrasa el deterioro cognitivo, mejora la orientación y mantiene la autonomía personal, incluso en personas con deterioro leve o enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer. En paralelo, el sentido del tacto, uno de los primeros sentidos que se desarrolla y uno de los últimos en perderse, permite al adulto mayor mantenerse conectado con su entorno a través de sensaciones como la textura, temperatura, forma y presión. Con el paso de los años, la sensibilidad cutánea disminuye, lo que puede afectar la percepción del cuerpo y aumentar el riesgo de lesiones. Por eso, estimular el tacto mediante juegos con diferentes objetos y materiales es clave para mantener activa la percepción sensorial, favorecer la destreza manual y prevenir la desadaptación sensorial.
	Actividad 12: En la actividad "Memoria Olfativa", se presentaron varias esencias aromáticas, las cuales fueron colocadas individualmente en pequeños frascos con tapa, sin revelar el contenido. Cada participante estimulo el olfato con el aroma de cada frasco, el cual destapó y olió cuidadosamente. Después de cada aroma, se les preguntó a qué les recordaba ese olor o si podían identificar la esencia. Se promovió el diálogo entre los participantes para compartir sus recuerdos o sensaciones asociadas a cada olor. Esta fase fue guiada con empatía y paciencia, respetando el ritmo de cada persona.
	Actividad 13: Para el desarrollo de la activida "Sensaciones" se invita a las personas que desean participar de la actividad dirigirse al salon sensorial, los que no pueden realizar el desplazamiento reciben el apoyo por parte del area de terapia Ocupacional, Se le pide a las personas mayores que se acerquen al panal de texturas y cierren sus ojos allí se les indica que imaginen la textura de un saco y se les ayuda a que lleven la

	mano sobre la textura y ellos deben identificar cuál es el material con el que asocian el saco, este mismo proceso se realiza con otras prendas de la ropa y con elementos utilizados en las actividades de la vida diaria, se realiza de esta forma con el fin de mantener los procesos cognitivos al imaginar la prenda o el elemento y al asociarlo con lo que están tocando al tener los ojos cerrados.
	Actividad 14: Para el desarrollo de la activida "masaje corporal" se invita a las personas que desean participar de la actividad dirigirse al salon sensorial, los que no pueden realizar el desplazamiento reciben el apoyo por parte del area de terapia Ocupacional, Se invita a las personas mayores que se deben participar permitir el contacto con la piel, los auxiliares de terapia ocupacional proceden quitar el saco y subir la bota del pantalón hasta la rodilla aplican crema sobre los guantes y proceden a realizar el masaje en dirección cefalo caudal, este Manzanero lo hacen con movimientos suaves y toques, se le pregunta a las personas mayores si les agrada la sensación y si aceptan el movimiento que se está realizando, se realiza el mismo procedimiento en miembro superiores y al finalizar se hace una retroalimentación de la actividad.
	Actividad 15: Para el desarrollo de la actividad "aerobicos con bastoncillos" se invita a las personas que desean participar de la actividad dirigirse al salon sensorial, los que no pueden realizar el desplazamiento reciben el apoyo por parte del area de terapia Ocupacional, Se le invita a las personas mayores que serán ubicadas en forma de círculo y en el salón sensorial y se les entregará como material un bastoncillo con pompones, poder hacer sujetado con una mano y realizar los movimientos según se le indiquen y también realizarlos por imitación según la indicación del auxiliar de terapia ocupacional, movimiento son realizados en los diferentes planos, seguido a esto se incorpora música y se intenta establecer una coreografía repitiendo los pasos en ritmo de tres puntos.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Actividad 1:**Finalizando la actividad del día 9 de julio del 2025, denominada "Nuestra diversidad" se logró evidenciar en las personas mayores a través de este tipo de herramientas de estimulación auditiva logran activar y preservar varios procesos cognitivos básicos; como lo son la memoria evocativa, la atención, la percepción y el lenguaje.
	Actividad 2: Finalizando la actividad del 28 de julio del 2025, denominada "Mi tierra" se logró evidenciar que, a través de esta dinámica de estimulación auditiva, las personas mayores escuchando lograron un espacio de interacción alegre y del mismo modo contribuir a preservar varios procesos cognitivos como el de la memoria evocativa y episódica, a través de reminiscencias de situaciones específicas asociadas a etapas y momentos de sus vidas, a medida que fueron escuchando.
	Actividad 3: La actividad "Manitas curiosas" se desarrolló el 7 de julio de 2025, se finaliza realizando una retroalimentación con los participantes con relación a la importancia de la percepción del entorno a través del tacto. Se pregunta a cada participante que textura le gusto más y cual no tanto. Igualmente, se pide a cada uno que trate de dar un ejemplo de objetos, cosas que recuerden que tienen estas texturas, ejemplo suave - algodón. Finalmente se inidica a los participantes la importancia de mantener sus capacidades cognitivas realizando ejercicios sencillos donde se estimulen los diferentes sentidos.
	Actividad 4: La actividad "Conectando cuerpo y mente" se realizó el 21 de julio, para finalizar se realizan ejercicios de estiramiento y vuelta a la calma, bajo indicaciones sencillas y claras se hacen ejercicios que permiten a la persona mayor mejorar la movilidad de su cuerpo en general. A través de estos ejercicios se logra que los participantes sean más conscientes de su cuerpo y como ayudar a su autocuidado. Para tal fin se realiza la dinámica "Manos, hombros y pies". Se resalta la importancia de crear un ambiente divertido y motivador para que los adultos mayores disfruten de las actividades y se mantengan activos.
	Actividad 5: Al realizar la actividad "Sonidos de mi tierra" en el salón sensorial se reconocen estímulos sonoros folcloricos detallados de la región de cada persona mayor participante, compartiendo vivencias pasadas.
	Actividad 6: Al realizar la actividad "Sensación táctil" se logra identificar las diferentes texturas que se muestran en la actividad por medio de tacto, y se ameniza este espacio. Se permite que las personas mayores tengan acceso minucioso y brindar especial atención a texturas que utilizamos en el diario vivir.
	Actividad 7: Al realizar la actividad " Mi cuerpo en el espacio" se logra la participacion activa de las personas mayores y se realizan ejercicios de enfriamiento de movilidad articular con el fin de dar por terminado el ejercicio fisico. Se brinda explicacion acerca de la importancia de la propiocepcion la cual nos brinda mayor control motor y estabilidad.
	Actividad 8: A traves de la actividada "Completo los dichos o refranes" se logro la estimulacion de la memoria, el lenguaje y la atención en las personas mayores mediante la evocación de expresiones populares. Esta dinámica combina elementos sensoriales y culturales, permitiendo reforzar la identidad, promover la comunicación y generar vínculos afectivos. Al completar o reconocer refranes, se activan recuerdos significativos, se fortalece la autoestima y se favorece el bienestar emocional y mental de los participantes.
	Actividad 9: La actividad "Reminiscencia Musical" permitió a las personas mayores reconectarse con momentos significativos de su vida a través de la música, estimulando la memoria, la expresión emocional y el sentido de identidad. Además, generó un espacio de bienestar, diálogo y cohesión grupal, fortaleciendo los vínculos afectivos y promoviendo una experiencia positiva que contribuye a su salud emocional y cognitiva.
	Actividad 10: Al finalizar la actividad explorando Texturas: "Reconociendo el Mundo a Través del Tacto" que se realizo el 08 de julio de 2025 se conversa en grupo sobre cómo se sintieron durante la actividad, qué texturas les gustaron más y por qué, se agradecio por su participación y se refuerza la importancia del tacto en la vida diaria. donde se espera un aumento en la percepción y diferenciación de texturas, se evidencio mejora en la concentración y atención durante la actividad y elevación del estado de ánimo gracias a la participación activa y significativa y se permitio la estimulación de la comunicación y recuerdos asociados al tacto. Este cierre permitió consolidar los aprendizajes de manera tranquila y generar un espacio de reflexión grupal, donde los participantes expresaron satisfacción y agrado por la experiencia vivida.
	Actividad 11: Al finalizar la actividad "pienso y siento" que se realizo el 19 de julio de 2025 se conversa en grupo sobre cómo se sintieron durante la actividad, cual movimiento se les facilito mas y cual menos, y se explica como este ayuda a la motricidad gruesa fina a al sentido de orientacion, e indicando que se realizaran mas actividades similares con el fin de que se estimule el sentidoo de orientacion y motricidad fina y gruesa.
	Actividad 12: Al concluir la actividad "Memoria Olfativa" exploración de las esencias, se invitó a los participantes a expresar cómo se sintieron durante la actividad. Se agradeció su participación y se reforzó la importancia del olfato como vía de conexión con recuerdos y emociones. Se cerró la sesión con una pequeña ronda de estiramientos suaves o ejercicios respiratorios para favorecer el cierre y la relajación.
	Actividad 13: Para la evaluación del encuentro de "Sensaciones" se realiza una encuesta de forma verbal, en el cual se indaga con las personas mayores sobre el gusto hacia las actividades desarrolladas, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar a cabo esta actividad con variedad en sus sesiones, al finalizar la encuesta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades sensoriales.
	Actividad 14: Para la evaluación del encuentro de "masaje corporal" se realiza una encuesta de forma verbal, en el cual se indaga con las personas mayores sobre el gusto hacia las actividades desarrolladas, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar a cabo esta actividad con variedad en sus sesiones, al finalizar la encuesta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades sensoriales.
	Actividad 15: Para la evaluación del encuentro de "aerobicos con bastoncillos" se realiza una encuesta de forma verbal, en el cual se indaga con las personas mayores sobre el gusto hacia las actividades desarrolladas, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así

encuesta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades sensoriales.

3.4.RECURSOS	
Tabla y panel de texturas	Gerontóloga
Bastones cortos	Terapeuta Ocupacional
Pelotas	Talleristas
Crema corporal	Fisioterapeuta
Bafle	Trabajadora social
Telefono	Psicologa
Internet	Enfermeras
Balones plasticos de colores	
Cartelera	
Fragancias	
Texturas	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO
Actividad 1: El día 9 de julio del 2025, se cerro actividad sensorial auditiva "Nuestra diversidad" agradeciendo la participación en el espacio y observando una buena recepción y aceptación por parte de las personas mayores participantes adicionalmente se contribuyó a aliviando el estrés.
Actividad 2: Actividad "Mi tierra" del 28 de julio del 2025 de estimulación auditiva, la cual se cerró realizando preguntas de satisfacción sobre el encuentro, observado una buena acogida por este tipo de actividad, siendo esta multi propósito ya que se ejercitaron procesos cognitivos y se contribuye a disminuir la sintomatología de enfermedades como la demencia y el alzhéimer.
Actividad 3: Actividad "Manitas curiosas" se realizan preguntas relacionadas al desarrollo de la actividad donde los participantes expresan su interés por este tipo de actividades. Personas mayores se observan con una participación muy activa durante el trascurso de la actividad. Fueron receptivos desarrollando cada indicación expresando su agrado por la actividad desarrollada.
Actividad 4: Actividad "Conectando cuerpo y mente" para evaluar la actividad se realizan preguntas relacionadas al desarrollo de la actividad donde las personas mayores responden verbalmente expresando su agrado e interes por la misma. De igual forma, se observa una participación activa por parte de las personas mayores, realizan todos los ejercicios y son muy receptivos con la actividad.
Actividad 5: En la actividad "Sonidos de mi tierra" Se observa buena acogida por parte de las personas mayores participantes, culminando de manera satisfactoria el desarrollo de los ejercicios sonoros realizados.
Actividad 6: Al finalizar la actividad " Sensación Táctil" se logra estimular la estimulación tactil con gran acogida por parte de las personas mayores, recononociendo las texturas que sienten con sus manos.
Actividad 7: Durante el desarrollo de la actividad "Mi cuerpo en el espacio" se evidencia gran participacion de las personas mayores logrando estimular su estabilidad de tronco y control motor por medio de ejercicios de coordinacion, equilibrio y precisión.
Actividad 8: A traves de la actividada "Completo los dichos o refranes" se logro estimular de manera integral las capacidades mentales y emocionales de las personas mayores, fortaleciendo la memoria, la atención y el lenguaje a través de experiencias significativas. Este tipo de intervención no solo contribuye al mantenimiento de funciones cognitivas, sino que también promueve el bienestar, la interacción social y la conexión con vivencias pasadas, reforzando así la autoestima y la calidad de vida en esta etapa.
Actividad 9: La actividad "Reminiscencia Musical" se logro realizar a traves de canciones de antaño los cuales representaron una valiosa herramienta para evocar recuerdos, emociones y vivencias significativas en las personas mayores. A través de ellas se fortalece la memoria, se estimula el lenguaje y se refuerza la identidad cultural. Estas melodías, cargadas de historia y significado personal, permitio crear espacios de conexión emocional, bienestar y socialización, favoreciendo el vínculo con su pasado y con quienes los rodean.
Actividad 10: la actividad explorando Texturas: "Reconociendo el Mundo a Través del Tacto" que se realizo el 08 de julio de 2025 donde se evidencio una participación activa: un nivel de interés y disposición para explorar los materiales, reconocimiento sensorial: Capacidad para identificar y clasificar las texturas, expresión emocional y verbal: Reacciones y recuerdos asociados al contacto, satisfacción general: Observación del estado anímico antes y después.
Actividad 11: Esta actividad "Pienso y siento" que se realizo el 19 de julio de 2025 estimula simultáneamente el sistema somatosensorial y las funciones cerebrales superiores, fundamentales en el envejecimiento activo. El sentido del tacto favorece la conexión con el entorno, y su estimulación puede ayudar a prevenir la desensibilización progresiva y mantener habilidades manuales. Además, el uso del tacto combinado con el pensamiento promueve la neuroplasticidad, especialmente en personas con deterioro cognitivo leve o enfermedades neurodegenerativas. También se fomenta la memoria emocional a través del recuerdo de objetos familiares, fortaleciendo la identidad personal, el lenguaje descriptivo y la socialización.
Actividad 12: La evaluación de la activida "Memoria Olfativa" se realizó de forma cualitativa mediante la observación directa del grado de participación, las expresiones faciales, las respuestas verbales, y la interacción grupal. La mayoría de los participantes mostró interés, curiosidad y disposición, reconociendo varios de los aromas y compartiendo experiencias personales relacionadas con ellos. Se evidenció que la actividad favoreció la estimulación cognitiva, la evocación de recuerdos y el fortalecimiento del vínculo grupal, cumpliendo así con los objetivos propuestos. **Actividad 13:**"Sensaciones" La actividad se realizó el día 22 de julio del presente año, en el horario de la tarde, entre el periodo de 2:30 p.m a 3:00 p.m en el salón sensorial; se observó agrado y satisfacción por parte de las persona mayores a recibir estímulos de tipo táctil; así mismo se realizaron preguntas y se solucionaron dudas relacionadas a la actividad, se tiene en cuenta recomendaciones por parte de la profesional y talleristas, así como las sugerencias de las personas mayores sobre las experiencias que les gustaría experimentar en la actividad sensorial.
Actividad 14:"masaje corporal" La actividad se realizó el día 23 de julio del presente año, en el horario de la tarde, entre el periodo de 02:30 p.m a 03:00 p.m en el salón sensorial; se observó agrado y satisfacción por parte de las persona mayores a recibir estímulos de tipo propioceptivo y táctil; así mismo se realizaron preguntas y se solucionaron dudas relacionadas a la actividad, se tiene en cuenta recomendaciones por parte de la profesional y talleristas, así como las sugerencias de las personas mayores sobre las experiencias que les gustaría experimentar en la actividad sensorial.
Actividad 15:"Aerobicos con bastoncillos" La actividad se realizó el día 24 de julio del presente año, en el horario de la mañana, entre el periodo de 10:30 a.m a 11:30 a.m en el salón sensorial; se observó agrado y satisfacción por parte de las persona mayores a recibir estímulos de tipo propioceptivo; así mismo se realizaron preguntas y se solucionaron dudas relacionadas a la actividad, se tiene en cuenta recomendaciones por parte de la profesional y talleristas, así como las sugerencias de las personas mayores sobre las experiencias que les gustaría experimentar en la actividad sensorial.
* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE:OMAR DE JESUS BETANCUR GIRALDO
CC:19206142
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

NOMBRE:GUILLERMO TURRIAGO GUZMAN
CC:17081880
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

No firma.
NOMBRE: ROSA HELENA CASTILLO
CC: 53905858
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

No firma
NOMBRE: ANA CECILIA PACHON SANCHEZ
CC: 53905901
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

NOMBRE: ALBERTO CABRERA BONILLA
CC: 14205002
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NOMBRE: MARIA LIGIA GIRALDO ATEHORTUA
CC: 39639227
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

No firma
NOMBRE: SALVADOR SIERRA PADILLA
CC: 3039279
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 7

NOMBRE:GUSTAVO CUARTAS CUCALON
CC:17193251
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 8

No firma
NOMBRE:ANA CECILIA CAMARGO
CC: 41783196
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 9

NOMBRE: CARLOS JULIO CASTELLANOS
CC: 17156149
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 10

No firma
NOMBRE:CAROLINA PASION MELO
CC:41773015
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 11

NO firma
NOMBRE: LUIS ALBERTO SALAZAR MARIN
CC:1026563510
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 12

No firma.
NOMBRE:MARIA AIDEE RENDON TABARES
CC:28813383
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 13

NOMBRE:ANA MERCEDES MENDOZA DEL CAMINO
CC:20190114
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 14

NO firma
NOMBRE:MARIA ELENA QUINTERO
CC:41439733
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 15

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora:

Fecha de evaluación del encuentro: 28 de Julio de 2025

Nombre del profesional que evalúa: Wendy Yulanny Álvarez Niño - Terapeuta Ocupacional

COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ
CONVENIO 9576-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO – SENSORIAL PONDERABLE
JULIO

Actividad 1: "Nuestra diversidad" 9/07/2025



Actividad 2: "Mi tierra" 28/07/2025



Actividad 3: “Manitas Curiosas” 07/07/2025



Actividad 4: “Conectando cuerpo y mente” 21/07/2025



Actividad 5: "Sonidos de mi tierra"

09/07/2025



Actividad 6: "Sensación táctil"
16/07/2025



Actividad 7: "Mi cuerpo en el espacio"
23/07/2025



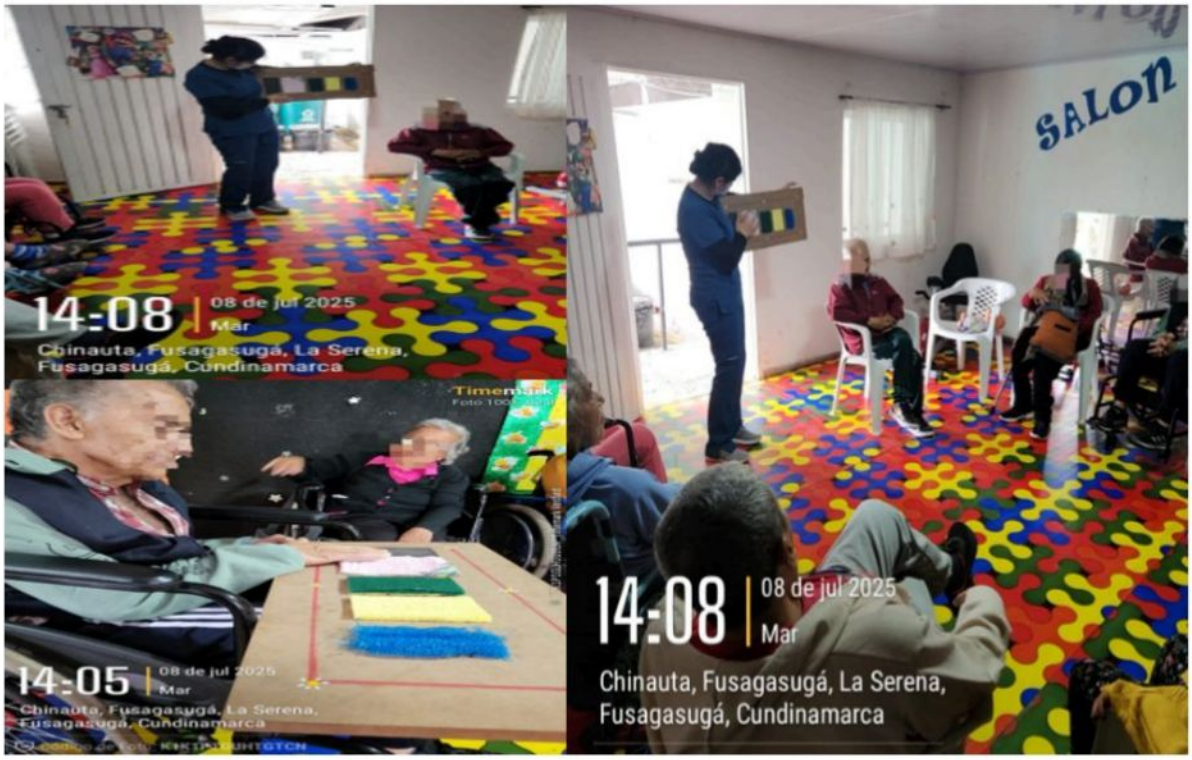
Actividad 8: "Completo los dichos o refranes" 23/07/2025



Actividad 9: “Reminiscencia Musical” 28/07/2025



Actividad 10: Explorando Texturas: "Reconociendo el Mundo a Través del Tacto" 08/07/2025



Actividad 11:





Actividad 12:





Actividad 13: 22/07/2025



Actividad 14: 23/07/2025



Actividad 15: 24/07/2025



