



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN 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

1. Servicio social/ Modalidad/ Estrategia: 1.1 Unidad operativa/ Lote/ Zona: Comunidad de Cuidado
Comunidad de Cuidado Los Robles

1.2 Localidad: No aplica

2. Línea: No aplica

2.1 Fecha de ejecución

05	08	2025	al	28	08	2025
----	----	------	----	----	----	------

2.2. Nombre del encuentro:

- 1.1 Estimulación sensorial cognitiva / Test de memoria.
- 1.2 Estimulación sensorial gustativa / adivinando sabores.
- 1.3 Estimulación sensorial olfativa / recordando a través de los olores.
- 1.4 Estimulación sensorial auditivo meditación.
- 1.5 Estimulación Sensorial auditivo y concentración / Reconocimiento de sonidos de animales.
- 1.6 Estimulación sensorial visual / Lentes coloridos.
- 1.7 Estimulación sensorial auditivo/ recordando la radionovela Kaliman.
- 1.8 Estimulación sensorial táctil / relacionándonos con diferentes texturas.
- 1.9 Estimulación Sensorial táctil / Manitos que sienten.
- 1.10 Estimulación sensorial olfativa / Tiras de papel aromatizadas.
- 1.11 Estimulación sensorial auditiva / relajándonos con los ritmos.
- 1.12 Estimulación Sensorial visual / encuentra la pelota en el vaso.
- 1.13 Estimulación Sensorial visual / colores y luces.
- 1.14 Estimulación sensorial auditivo. Meditación.
- 1.15 Estimulación Sensorial táctil / relajando nuestro cuerpo.

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación:

Gian Carlos Díaz Galviz/ Nutricionista

Lady Tatiana Nomesqui García/ Trabajadora social

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover estilos de vida saludables en las personas mayores a lo largo de su proceso de envejecimiento, mediante actividades de estimulación sensorial diseñadas por un equipo interdisciplinario. Estas actividades tienen como propósito prevenir enfermedades fisiológicas, físicas, emocionales y mentales, favoreciendo su participación activa en la vida social y contribuyendo a su bienestar integral.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Favorecer el mantenimiento de las capacidades sensoriales mediante actividades que estimulen los sentidos de manera gradual y adaptada a las necesidades individuales.

Estimular la memoria y la atención a través de ejercicios multisensoriales que apoyen la actividad cognitiva y prevengan el deterioro relacionado con la edad.

Adaptar las actividades sensoriales considerando las limitaciones físicas o cognitivas de los participantes, a: para garantizar su inclusión y participación plena.

3.3. METODOLOGÍA

1.1 Estimulación sensorial cognitiva. Test de memoria

Se programó actividad de estimulación cognitiva para el 5 de agosto de 2025. La actividad se basará en la proyección de juego en el televisor donde los participantes deberán memorizar algunas palabras, imágenes, secuencias. Por lo que se tendrá en cuenta el siguiente orden:

1. Programación de la actividad
2. Se convoca a las personas mayores
3. Desplazamiento hacia el salón de televisión
4. Explicación de la actividad
5. Desarrollo de la actividad.
6. Se pregunta a las personas mayores, que conceptos nuevos aprendieron
7. cierre de la actividad.

1.2 Estimulación Sensorial gustativa / adivinando sabores

Se programó actividad de estimulación cognitiva para el 11 de agosto de 2025. La actividad se basará en estimular el sentido del gusto mediante el reconocimiento y diferenciación de sabores, fortaleciendo la atención, la memoria sensorial y la capacidad de descripción verbal. Además, favorecer la socialización, la expresión de emociones y recuerdos asociados a la experiencia gustativa, promoviendo un ambiente lúdico y participativo que contribuya al desarrollo cognitivo, comunicativo y afectivo de los participantes.

1.3 Estimulación sensorial olfativa / recordando a través de los olores.

Se programó la actividad de estimulación sensorial olfativa para el día 11 de agosto del 2025, en el espacio de la sala sensorial donde se contará con elementos necesarios para el desarrollo de esta, se utilizaron materiales como sillas, canela, ajo en polvo, clavo los cuales nos permiten proporcionar una experiencia de bienestar físico, la actividad se desarrollará de la siguiente manera:

1. Convocar a las personas mayores a la actividad.
2. Desplazamiento al espacio a utilizar
3. Explicación de la actividad
4. Desarrollo de la actividad.
5. Retroalimentación y Solución de preguntas
6. Cierre de la actividad.

1.4 Estimulación sensorial auditivo / Meditación

Se programó actividad de estimulación cognitiva para el 13 de agosto de 2025. La actividad se basará en una sesión de meditación que podrá realizarse en un espacio tranquilo y cómodo, comenzando con una breve preparación del ambiente y de la postura; luego se guía a los participantes a centrarse en la respiración consciente durante algunos minutos, para después llevar a cabo un ejercicio central como escaneo corporal, visualización o repetición de un mantra; finalmente, se realizará un cierre suave invitando a mover el cuerpo, abrir los ojos y regresar al presente con calma.

1.5 Estimulación sensorial auditivo y concentración / Reconocimiento de sonidos de animales

Se programará una actividad de estimulación cognitiva para el 13 de agosto de 2025. La metodología se centrará en presentar sonidos de animales para que las personas mayores los reconozcan mediante imitaciones y juego, favoreciendo la atención, la memoria auditiva y evaluando el proceso a través de la observación y una lista de cotejo.

1.6 Estimulación Sensorial visual / Lentes coloridos

Se programará una actividad de estimulación cognitiva para el 14 de agosto de 2025. La actividad estará orientada a estimular la percepción visual mediante el uso de lentes de colores, favoreciendo la discriminación, la atención y la asociación de estímulos con experiencias y emociones, promoviendo la curiosidad y la participación activa de los participantes.

1.7 Estimulación sensorial auditivo / recordando la radionovela Kaliman.

Se programó actividad de estimulación auditiva para el 14 de agosto de 2025, por medio de radionovela, con el fin de mejorar la salud auditiva de las personas mayores, y contribuir a disminuir el deterioro cognitivo. La actividad se llevará a cabo en el salón de televisión, se utilizará un audio de radionovela llamado "Caliman".

1. Programación de la actividad
2. Se convoca a las personas mayores
3. Desplazamiento hacia el salón de televisión
4. Explicación de la actividad
5. Desarrollo de la actividad.
6. Se pregunta a las personas mayores, que conceptos nuevos aprendieron
7. cierre de la actividad

1.8 Estimulación sensorial táctil / relacionándonos con diferentes texturas.

Se programó la actividad de estimulación táctil para el día 19 de agosto del 2025, en salón sensorial donde se cuenta con el espacio y algunos materiales necesarios para la ejecución de esta, la actividad se desarrolló de la siguiente manera:

1. Convocar a las personas mayores a la actividad.
2. Desplazamiento al espacio a utilizar
3. Explicación de la actividad
4. Desarrollo de la actividad.
5. Solución de preguntas y retroalimentación
6. Cierre de la actividad.

1.9 Estimulación Sensorial táctil / Manitos que sienten

Se programará una actividad de estimulación sensorial para el 20 de agosto de 2025. La actividad estará orientada a estimular el sentido del tacto mediante la exploración de diferentes texturas, temperaturas y formas, favoreciendo la discriminación sensorial, la atención, la memoria táctil y la expresión verbal y emocional de las sensaciones percibidas.

1.10 Estimulación Sensorial olfativa / Tiras de papel aromatizadas

Se programará una actividad de estimulación sensorial para el 21 de agosto de 2025. La actividad estará orientada a estimular el sentido del olfato mediante el reconocimiento y la diferenciación de aromas, favoreciendo la atención, la memoria olfativa y la expresión verbal y emocional, promoviendo además la curiosidad, la socialización y el disfrute de nuevas experiencias sensoriales.

1.11 Estimulación sensorial auditiva / relajándonos con los ritmos.

Se programó actividad para el 21 de agosto de estimulación auditiva por medio de sonidos rítmicos, con el fin de mejorar y estimular la salud auditiva de las personas mayores, y contribuir a disminuir el deterioro cognitivo. La actividad se llevará a cabo en el salón sensorial.

1. Se convoca a las personas mayores
2. Desplazamiento al espacio a utilizar

3. Explicación de la actividad
4. Desarrollo de la actividad.
5. Se proyectarán sonidos rítmicos para que con ayuda de instrumentos puedan llevar la nota.
6. Conclusión de la actividad

1.12 Estimulación Sensorial visual / encuentra la pelota en el vaso.

Se programará una actividad de estimulación sensorial para el 25 de agosto de 2025. La actividad estará orientada a estimular la atención visual, la concentración y la memoria a través del seguimiento de objetos en movimiento, favoreciendo la agudeza perceptiva, la rapidez de reacción y la diversión en un ambiente participativo.

1.13 Estimulación Sensorial visual / colores y luces.

Se proyecta como fecha de ejecución el día 25 de agosto de 2025, sesión adelantada realizada en el espacio del salón sensorial visual, previa ambientación, a fin de la conformación de crear entornos de interacción para las personas mayores. Durante la actividad, se utilizarán elementos apropiados ya que la estimulación visual se enfoca en enriquecer la vida de las personas mayores, promoviendo su bienestar emocional, social y cognitivo. Se llevará en el siguiente orden:

1. Convocatoria:
2. Ubicación de las personas en el espacio preparado para la actividad.
3. Explicación de la actividad donde se detalla a los participantes el sentido que se estimulará y el objetivo de la actividad.
4. Desarrollo de la actividad: Se llevará a cabo la estimulación visual.
5. Cierre de la actividad: La actividad concluirá con una reflexión final y despedida.

1.14 Estimulación sensorial auditivo. Meditación,

Se proyecta como fecha de ejecución el día 27 de agosto de 2025, la cual se llevará a cabo en el espacio del comedor previa ambientación, a fin de crear el entorno de interacción para las personas mayores. Una sesión de meditación puede realizarse en un espacio tranquilo y cómodo, comenzando con una breve preparación del ambiente y de la postura; luego se guía a los participantes a centrarse en la respiración consciente durante algunos minutos, para después llevar a cabo un ejercicio central como escaneo corporal, visualización o repetición de un mantra; finalmente, por lo que se llevará en el siguiente orden:

1. Se convoca a las personas mayores
2. Desplazamiento al espacio a utilizar
3. Explicación de la actividad
4. Desarrollo de la actividad.
5. Se proyectarán sonidos rítmicos para que con ayuda de instrumentos puedan llevar la nota.
6. Conclusión de la actividad

1.15 Estimulación Sensorial táctil / relajando nuestro cuerpo

Se programó la actividad de estimulación táctil para el día 28 de agosto del 2025, en el espacio de salón sensorial, donde se cuenta con algunos materiales necesarios para la ejecución de la misma, los cuales se utilizarán para la realización, la actividad se desarrolló de la siguiente manera:

1. Convocar a las personas mayores a la actividad.
2. Desplazamiento al espacio a utilizar
3. Explicación de la actividad
4. Desarrollo de la actividad.
5. Masaje con aceite de almendras usando la técnica adecuada.
6. Limpieza de piernas, manos y abrazos.
7. Cierre de la actividad.

1.1 Estimulación sensorial cognitiva / Test de memoria

Se convocó a las personas mayores, y se ubicaron en la sala de televisión, espacio que se dispuso para realizar la actividad de estimulación cognitiva. A continuación, explicó que se realizarán actividades de secuencias de imágenes las cuales deben memorizar para posterior lograr ubicarlas de la manera correcta. Se habló sobre lo que es estimulación sensorial, se especificó que los principales canales a estimular son el olfato, el gusto, el tacto, el oído y la vista, adicionalmente la estimulación cognitiva.

1.2 Estimulación Sensorial gustativa / adivinando sabores

Se dio la bienvenida a los participantes, se explicó la dinámica de la actividad y se generó expectativa presentando los alimentos cubiertos o en recipientes opacos para mantener el misterio.

1.3 Estimulación sensorial olfativa / recordando a través de los olores.

Inicialmente se realizó la convocatoria de la población, se llevó a cabo el desplazamiento a salón sensorial, donde se ubican a las personas se les explicó el propósito y los beneficios de la actividad por medio de identificar los diferentes elementos por su olor.

1.4 Estimulación sensorial auditivo meditación

En el momento inicial de la sesión, se invita a los participantes a sentarse en una postura cómoda, cerrar suavemente los ojos y tomar conciencia del entorno; el facilitador guía a realizar unas cuantas respiraciones profundas para soltar tensiones y enfocar la atención en el aquí y el ahora, creando un clima de calma y disposición para la práctica.

1.5 Estimulación Sensorial auditivo y concentración / Reconocimiento de sonidos de animales

En el momento inicial se realizó una breve dinámica de escucha atenta, donde las personas mayores guardaron silencio para preparar su concentración antes de comenzar con el reconocimiento de sonidos de animales.

1.6 Estimulación sensorial visual / Lentes coloridos

Se presentó la actividad explicando que se usarían lentes de diferentes colores para observar el entorno de manera distinta. Se generó expectativa mostrando los lentes o papeles celofán de colores llamativos.

1.7 Estimulación sensorial auditivo/ recordando la radionovela Kaliman.

Se convoca a las personas mayores, y se ubican en la sala de televisión, espacio que se dispuso para realizar la actividad de estimulación auditiva. A continuación, se informó que se pondría una radionovela llamada "Caliman". Además se habló sobre lo que es estimulación sensorial, se especifica que los principales canales a estimular son el olfato, el gusto, el tacto, el oído y la vista, adicionalmente la estimulación cognitiva. En la actividad que se realizó se habló sobre la estimulación auditiva y sobre lo que se quiere lograr al escuchar y recordar radionovelas como se hacía antiguamente.

1.8 Estimulación sensorial táctil / relacionándonos con diferentes texturas.

Inicialmente se realizó la convocatoria de la población, se llevó a cabo el desplazamiento al salón sensorial donde se ubican a las personas sin zapatos y medias alrededor de cajas y tapetes con diferentes texturas. a la vez se explica los beneficios de la actividad ya que ofrece una estimulación táctil por medio de una relajación en todo el cuerpo en principal la planta de los pies sintiendo diferentes texturas.

1.9 Estimulación Sensorial táctil / Manitos que sienten

Se dio la bienvenida al grupo y se explicó la dinámica de manera sencilla y motivadora. Se generó expectativa mostrando bolsas o cajas misteriosas cerradas, en las que había objetos de distintas texturas, pero sin revelar su contenido.

1.10 Estimulación Sensorial olfativa / Tiras de papel aromatizadas

Se dio la bienvenida en un espacio libre de olores externos y se explicó que se trabajaría con tiras impregnadas de distintos aromas para activar el olfato y la memoria. Para motivar, se mostraron las tiras sin revelar los olores y se invitó a cerrar los ojos un momento, respirar profundo y prepararse para el “viaje por los aromas”.

1.11 Estimulación sensorial auditiva / relajándonos con los ritmos.

Contando con espacio del salón sensorial para llevar a cabo actividad y posterior al proceso de acomodación de los participantes, se procedió con la socialización de los objetivos, tiempos y recursos. Se inicia actividad con la proyección de sonidos rítmicos de baja vibración, sonidos agudos y graves, al igual que también se presenta la ausencia de sonido y ruido, en los cuales de manera paulatina se va incrementando el volumen, la frecuencia y vibración para causar en los participantes elevados estados de motivación e interés frente a la dinámica propuesta.

1.12 Estimulación Sensorial visual / Encuentra la pelota en el vaso.

Se dio la bienvenida a los participantes y se explicó que realizarían un juego de observación. Se presentaron tres vasos (u objetos similares) y una pelota pequeña, mostrando a todos cómo se escondería la pelota debajo de uno de ellos.

1.13 Estimulación Sensorial visual / colores y luces.

Inicialmente se realizó la convocatoria de la población, se llevó a cabo el desplazamiento al salón sensorial, donde se ubicaron a las personas mayores, se les explicó el propósito y los beneficios de la actividad ya que en personas mayores mejora la cognición, la memoria, la comunicación, reduce el estrés y la ansiedad, se continuó apagando la luz, y dando la instrucción de relajarse y cerrar los ojos.

1.14 Estimulación sensorial auditiva. Meditación.

Se dio la bienvenida en un ambiente tranquilo y cómodo. Se invitó a los participantes a sentarse o recostarse en una postura relajada sobre colchonetas, cerrar los ojos y enfocar su atención en la respiración, realizando inhalaciones y exhalaciones profundas para preparar cuerpo y mente.

1.15 Estimulación Sensorial táctil / relajando nuestro cuerpo

Inicialmente se realizó la convocatoria de la población, se llevó a cabo el desplazamiento al salón sensorial donde se ubican a las personas, se les explicó el propósito y los beneficios de la actividad ya que ofrece una estimulación táctil suave, además que sirve para la hidratación y cuidado de la piel, complementando con el masaje el cual ayuda a estimular la circulación sanguínea brindando relajación y bienestar emocional.

1.1 Estimulación sensorial cognitiva / Test de memoria

Se inicia la actividad hablando sobre lo que es la memoria, es una función cognitiva esencial que nos permite almacenar, retener y recuperar información y experiencias. Es clave para el aprendizaje, la identidad y la adaptación al entorno. La estimulación de la memoria es clave para mantener una mente ágil y saludable. Se procede a proyectar un video en el que aparecen secuencias de imágenes, se da un tiempo para que las personas retengan la ubicación de las imágenes, y al final desaparecen las imágenes y aparecen números en su lugar. El objetivo del entrenamiento es recordar en qué lugar se ubicaron las imágenes.

1.2 Estimulación Sensorial gustativa / adivinando sabores

Se ofrecieron pequeñas muestras de alimentos (dulces, salados, ácidos, amargos o combinaciones suaves) mientras los participantes tenían los ojos cerrados o vendados. Cada persona probó y trató de adivinar el sabor, asociándolo con experiencias previas o describiendo sus sensaciones. Se promovió la participación grupal, comentando entre todos las respuestas y percepciones.

1.3 Estimulación sensorial olfativa / recordando a través de los olores.

Se continúa, después de explicar los beneficios, en que se puede utilizar los elementos relacionados con remedios caseros con el fin de disminuir síntomas de patologías se pregunta a cada de las personas mayores que se siente al inhalar cada una de las aromas y qué sensación se siente.

1.4 Estimulación sensorial auditivo / Meditación

En el momento central de la sesión, se guía a los participantes a mantener la atención plena mediante una técnica específica, como el escaneo corporal recorriendo mentalmente cada parte del cuerpo para liberar tensiones, una visualización de un lugar sereno que transmita paz, o la repetición silenciosa de un mantra; durante este proceso, la respiración acompaña el ejercicio, ayudando a profundizar en la calma, la concentración y el contacto con el presente.

1.5 Estimulación sensorial auditivo y concentración / Reconocimiento de sonidos de animales

En el momento central se presentaron diferentes sonidos de animales que las personas mayores debían reconocer, asociándolos con ilustraciones en la tv o imitándolos, y se realizaron juegos como el bingo auditivo y la repetición de secuencias para estimular la atención y la memoria.

1.6 Estimulación Sensorial visual / Lentes coloridos

Cada participante utilizó lentes o filtros de diferentes colores (rojo, azul, verde, amarillo, entre otros) para mirar objetos, dibujos o escenas del espacio. Se propuso que compararan cómo cambiaban las formas, los contrastes y los detalles al variar el color. Se invitó a describir lo que veían, identificando sensaciones y diferencias. Para enriquecer, se realizaron pequeños juegos como encontrar un objeto específico o dibujar lo que se observa a través de un color.

1.7 Estimulación sensorial auditivo/ recordando la radionovela Kaliman.

Las personas mayores se ubicaron en la sala de televisión, Se procedió a rodar un capítulo de la radionovela Caliman la cual narra las aventuras de un príncipe indio sereno y justo, con extraordinarios poderes mentales y físicos, que viaja por el mundo combatiendo el mal junto a su joven y leal compañero, Solín. Junto con personas mayores se recuerda que ésta fue creada en 1963, la historia mezcla elementos de espionaje, ciencia ficción y artes marciales. A través de sus episodios, Kalimán enfrenta a villanos con poderes sobrenaturales y resolviendo misterios complejos mediante la inteligencia y la paciencia. Al final del cuento se reflexionó sobre todo lo ocurrido, y se habló acerca de la enseñanza que cada persona tomó de los personajes y sus formas de proceder.

1.8 Estimulación sensorial táctil / relacionándonos con diferentes texturas.

Se continúa con la actividad solicitando a personas mayores caminen sobre tapetes que están alrededor de la pared del salón donde hay diferentes texturas entre estas: algodón, tierra, piedras, hojas secas, pasto sintético, entre otros; luego pasan a introducir manos en cajas que contienen: algodón, arroz, lentejas, hojas secas; a cada uno de ellos se les va preguntando sobre los estímulos que sintieron en el momento del contacto con las diferentes texturas, relajación, descanso, tranquilidad y a la vez realizar ejercicios circulares con el fin de mejorar la circulación de la sangre.

1.9 Estimulación Sensorial táctil / Manitos que sienten

Los participantes introdujeron sus manos en las bolsas/cajas para explorar con el tacto los objetos allí contenidos (algodón, lija, plastilina, semillas, pelotas rugosas, telas suaves, frías o ásperas, etc.). Sin mirar, describieron cómo se sentía cada objeto y trataron de adivinar de qué se trataba. Se promovió la comparación de sensaciones y la asociación con experiencias cotidianas (por ejemplo, “esto se siente como una esponja” o “parece la arena de la playa”)

1.10 Estimulación Sensorial olfativa / Tiras de papel aromatizadas

Cada participante recibió, de manera ordenada, una tira de papel aromatizada con esencias, especias o alimentos (ejemplo: canela, café, vainilla, limón, menta, clavo, flores). Se les pidió oler y describir lo percibido: intensidad, agrado, recuerdos asociados o posibles nombres del aroma. Se promovió la comparación entre olores semejantes o contrastantes y se incentivó el diálogo grupal para compartir percepciones.

1.11 Estimulación sensorial auditiva / relajándonos con los ritmos.

Se evidencia en el grupo de personas mayores participantes adecuados estados de interés y participación, los cuales les permitieron dar continuidad a los ejercicios y/o comandos de voz emitidos y direccionados a la toma de conciencia corporal, en el desarrollo de la sesión se hizo uso de instrumentos y piezas musicales de diversos ritmos y géneros que facilitaron la disposición y la interacción entre pares.

1.12 Estimulación Sensorial visual / Encuentra la pelota en el vaso.

El facilitador colocó la pelota bajo un vaso y luego movió los vasos lentamente al inicio, aumentando la velocidad de manera progresiva según la capacidad del grupo. Los participantes debían observar con atención y adivinar en qué vaso se encontraba la pelota. Se realizaron varias rondas, dando la oportunidad de que diferentes personas participaran en el seguimiento. Para mayor dinamismo, se podían variar los colores o tamaños de los vasos, o introducir pequeñas distracciones.

1.13 Estimulación Sensorial visual / colores y luces.

Se continúa, después de explicar los beneficios, se apagan las luces y se da la instrucción de relajarse y cerrar los ojos. Este paso permitió a los participantes sumergirse completamente en la experiencia sensorial, favoreciendo la relajación profunda y la conexión con el momento presente. Al crear un ambiente tranquilo y seguro, se facilitó la estimulación de los sentidos y se promovió el bienestar físico y emocional.

1.14 Estimulación sensorial auditiva. Meditación.

Se guió un ejercicio de atención plena en el que los participantes mantuvieron la concentración en la respiración, el ritmo del cuerpo y las sensaciones presentes. Se incluyeron visualizaciones sencillas (como imaginar un lugar tranquilo o la luz recorriendo el cuerpo) para favorecer la calma y la conexión interior.

1.15 Estimulación Sensorial táctil / relajando nuestro cuerpo.

Se continúa realizando una limpieza en los miembros superiores de las personas mayores participantes con pañitos húmedos, asegurándose de eliminar cualquier impureza de manera cuidadosa. Posteriormente, se coloca a cada uno de los participantes aceite en sus manos, por lo que, se solicita a cada uno relajar sus manos haciéndose masajes suaves desde los dedos hacia planta de las manos, realizando un masaje en movimientos circulares desde el centro hacia afuera. Estos movimientos se ejecutaron de forma suave y precisa, respetando la dirección natural, así como controlando la presión y el ritmo para evitar molestias.

1.1 Estimulación sensorial cognitiva / Test de memoria

Al finalizar la actividad, se recordó la importancia de mantener el cerebro activo por medio de la lectura, la resolución de problemas matemáticos, sopas de letras, crucigramas, rompecabezas, y una variedad de ejercicios, que evitan el deterioro cognitivo. Se realiza una última ronda de preguntas, y se consulta si desean seguir realizando este tipo de actividades. Se realiza el cierre de la actividad.

1.2 Estimulación Sensorial gustativa / adivinando sabores

Se revelaron los sabores y se dialogó sobre las emociones, recuerdos y preferencias que despertó cada alimento. Se resaltó la importancia de los sentidos en la vida diaria y se reforzó el logro de identificar y compartir experiencias.

1.3 Estimulación sensorial olfativa / recordando a través de los olores.

El momento final de la actividad consistió en expresar cada uno como tiene el desarrollado el sentido del olfato y si identifican el elemento que se les paso a cada uno cómo fue su experiencia con olores agradables o desagradables. Además, se les agradeció por su participación y da espacio de preguntas e interacción de sus experiencias.

1.4 Estimulación sensorial auditivo / Meditación

En el momento final de la sesión, se invita a los participantes a volver poco a poco al presente, tomando conciencia de la respiración y del cuerpo; se sugiere mover suavemente manos, pies y hombros, abrir los ojos lentamente y realizar un breve estiramiento, cerrando con una sensación de calma, gratitud y bienestar antes de continuar con las actividades cotidianas.

1.5 Estimulación sensorial auditivo y concentración / Reconocimiento de sonidos de animales

En el momento final las personas mayores compartieron cuál fue el sonido de animal que más les gustó, reflexionaron sobre cómo lograron reconocerlo y se realizó un breve cierre para reforzar la importancia de la escucha atenta.

1.6 Estimulación Sensorial visual / Lentes coloridos

Se compartieron en grupo las experiencias, expresando qué color resultó más agradable o llamativo, y qué sensaciones provocó en cada uno. Se resaltó la importancia de la vista y cómo los colores influyen en la percepción y el estado de ánimo.

1.7 Estimulación sensorial auditivo/ recordando la radionovela Kaliman.

Al finalizar la actividad, se realizaron preguntas sobre lo que cada sonido que se logró identificar, sobre las actividades que realizaban los personajes, y las enseñanzas que dejaba cada personaje con su proceder. Se dedicaron unos minutos para concretar los aportes de las personas mayores participantes, con el fin de concluir la actividad.

1.8 Estimulación sensorial táctil / relacionándonos con diferentes texturas.

Una vez finalizada la actividad se les explicó a la población de realizar caminatas cortas en el pasto el contacto con la naturaleza y sobre diferentes texturas, para que puedan disfrutar de esta sensación de estimulación, se agradeció a las personas mayores por su participación, invitándoles a compartir cómo se sintieron durante la estimulación. Se destacó la importancia de estos momentos de relajación.

1.9 Estimulación Sensorial táctil / Manitos que sienten

Se revelaron los objetos explorados y se conversó sobre cuáles resultaron más agradables o llamativos, resaltando la importancia del sentido del tacto en la vida diaria. Se cerró con un breve ejercicio de relajación de manos (amasando una pelota suave o masajeando los dedos).

1.10 Estimulación Sensorial olfativa / Tiras de papel aromatizadas

Se revelaron los aromas trabajados y se generó una conversación sobre cuáles resultaron más agradables, sorprendentes o difíciles de reconocer. Se cerró reflexionando sobre la importancia del sentido del olfato en la vida diaria y en la evocación de recuerdos y emociones.

1.11 Estimulación sensorial auditiva / relajándonos con los ritmos.

Los asistentes logran identificar los conceptos de sonido, ruido y silencio, en los cuales toleran adecuadamente los recursos y dinámicas propuestas, los participantes manifiestan de forma verbal la importancia del cuidado del sentido de la audición y su importancia en la interacción con otros y su entorno.

1.12 Estimulación Sensorial visual / Encuentra la pelota en el vaso.

Se reveló el vaso correcto en cada ronda y se celebró la participación, destacando el esfuerzo y la concentración del grupo. Se reflexionó brevemente sobre cómo la vista y la atención permiten captar detalles importantes en la vida diaria.

1.13 Estimulación Sensorial visual / colores y luces.

El momento final de la actividad consistió en concluir con una relajación progresiva. Tras haber experimentado la estimulación sensorial, se realizó un proceso de cierre en el que se les guio para que, lentamente, abran los ojos y retomaran conciencia de su entorno. Además, se les agradeció por su participación y se les preguntó cómo se sentían y si tenían alguna pregunta.

1.14 Estimulación sensorial auditiva, Meditación.

Se invitó a los participantes a mover suavemente manos y pies, abrir lentamente los ojos y compartir si lo deseaban cómo se sintieron durante la práctica. Se cerró agradeciendo la disposición y resaltando la importancia de dedicar tiempo a la meditación como herramienta de autocuidado.

1.15 Estimulación Sensorial táctil / relajando nuestro cuerpo

Una vez finalizado el masaje, se retiró cuidadosamente el aceite con pañitos, asegurándose de limpiar por completo las manos y brazos de cada participante. Posteriormente, se aplicó una crema hidratante con movimientos suaves para completar el cuidado de la piel, dejando una sensación de frescura y bienestar, se realizan por último ejercicios de estiramiento en manos y dedos, se agradeció a las personas mayores por su participación, invitándoles a compartir cómo se sintieron durante el procedimiento. Se destacó la importancia de estos momentos de autocuidado y relajación.

4. RECURSOS**RECURSOS HUMANOS**

Los relacionados en el encabezado y las diferentes actividades.

RECURSOS MATERIALES

Sillas, tapetes con texturas como: algodón, tierra, piedras, hojas secas, pasto sintético, cajas con: lentejas, arroz, algodón, hojas secas, plumas, aceite de almendras, pañitos y crema humectante, colchonetas, baffle, instrumentos musicales ubicados en salón sensorial, televisor, computador, hojas, esferos.

5. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

1.1 Estimulación sensorial cognitiva / Test de memoria

La actividad se realizó el 5 de agosto del 2025 desde las 3:40 p.m. hasta las 4:30 p.m. con la participación de 17 personas mayores. Las personas mayores expresaron agrado por la actividad realizada, se observó buena disposición e interés durante la actividad. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.2 Estimulación Sensorial gustativa / adivinando sabores

El día 11 de agosto del año en curso, en horario de 2:55 pm a 3:50 pm, contando con la participación de 15 personas mayores asistentes, se valoró la actividad observando la participación, el nivel de acierto en la identificación de sabores y la expresión verbal de sensaciones, emociones o recuerdos. Se consideró exitoso cuando los participantes disfrutaron y lograron reconocer o al menos describir los estímulos gustativos.

1.3 Estimulación sensorial olfativa / recordando a través de los olores.

Se logró cumplir con la fecha programada, el 11 de agosto de 2025 de 03:20 pm a 3:55 pm contando con la participación de 13 personas mayores. Se observará que la actividad fue bien recibida, mostrando un alto interés por conocer los beneficios que proporciona. Las personas mayores siguieron las indicaciones durante toda la actividad y expresaron su comodidad a lo largo del proceso y a la vez se identifica que tanto perciben algunos elementos por medio de aromas, Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad

1.4 Estimulación sensorial auditivo / Meditación

El día 13 de agosto del año en curso, en horario de 10:00 am a 11:00 am, contando con la participación de 13 personas mayores asistentes se generó la retroalimentación reflexiva, donde los participantes expresaron cómo se sintieron antes, durante y después de la práctica; esto se realizó de forma oral en grupo, mediante una breve conversación, o por escrito a través de una hoja con preguntas cortas (por ejemplo: *¿Qué sentiste?*, *¿qué te ayudó a relajarte?*, *¿qué fue lo más difícil?*). De esta manera se valoró el nivel de relajación, concentración y satisfacción alcanzados, lo que permitió ajustar futuras sesiones según las necesidades del grupo. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.5 Estimulación sensorial auditivo y concentración / Reconocimiento de sonidos de animales

El día 13 de agosto del año en curso, en horario de 3:00pm a 3:45 pm, contando con la participación de 22 personas mayores asistentes se generó la evaluación de la actividad se realizó mediante la observación directa, registrando la atención de las personas mayores, la identificación correcta de los sonidos y su capacidad para recordar secuencias, utilizando una lista de cotejo que permitió valorar su nivel de participación y progreso. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.6 Estimulación Sensorial visual / Lentes coloridos

El día 14 de agosto del año en curso, en horario de 2:00pm a 2:55pm, contando con la participación de 15 personas mayores asistentes, se valoró la participación de los asistentes, su capacidad para describir lo que percibieron y la interacción grupal. El éxito de la actividad se evidenció en la curiosidad, el disfrute y la identificación de diferencias perceptuales al usar los lentes de colores. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.7 Estimulación sensorial auditivo/ recordando la radionovela kaliman.

La actividad se realizó el 14 de agosto de 2025 de 11:00 a.m. a 11:45 a.m. con la participación de 16 personas mayores. Las personas mayores expresaron agrado por la actividad realizada, se observó buena disposición e interés durante la duración del audiocuento. La mayoría de las personas participaron respondiendo a las preguntas. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.8 Estimulación sensorial táctil / relacionándonos con diferentes texturas.

Se logró dar cumplimiento con la fecha programada el 19 de agosto del 2025 de las 03:10 pm a 03:55 pm con una participación de 17 personas mayores, la actividad permitió ofrecer a las personas mayores un espacio relajación con diferentes texturas, promoviendo no solo el bienestar físico, sino también el emocional. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.9 Estimulación Sensorial táctil / Manitos que sienten

El día 20 de agosto del año en curso, en horario de 10:15 am a 10:55 am, contando con la participación de 16 personas mayores asistentes, se evaluó la actividad observando la participación activa, la capacidad de identificar y describir texturas, la creatividad en las asociaciones y la disposición a compartir experiencias. La actividad se consideró lograda si los participantes mostraron disfrute, curiosidad y mayor conciencia de sus sensaciones táctiles. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.10 Estimulación Sensorial olfativa / Tiras de papel aromatizadas

El día 21 de agosto del año en curso, en horario de 10:00am a 10:55am, contando con la participación de 23 personas mayores asistentes, se observó la participación activa, la capacidad de identificar o describir los aromas, la asociación con experiencias personales y la disposición para compartir en grupo. La actividad se consideró exitosa cuando los participantes disfrutaron, mostraron curiosidad y lograron discriminar o expresar las sensaciones olfativas. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.11 Estimulación sensorial auditiva / relajándonos con los ritmos

La actividad se realizó el 21 de agosto de 2025 de 3:15 p.m. a 3:40 p.m. con la participación de 13 personas mayores. Las personas mayores expresaron agrado por la actividad realizada, se observó buena disposición e interés. La mayoría de las personas participaron respondiendo a las preguntas. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.12 Estimulación Sensorial visual / Encuentra la pelota en el vaso.

El día 25 de agosto del año en curso, en horario de 2:15pm a 3:00pm, contando con la participación de 15 personas mayores asistentes, se valoró el nivel de atención y la capacidad de seguimiento visual de cada participante, observando el número de aciertos, la motivación, la concentración y la disposición a seguir participando. La actividad se consideró lograda cuando los participantes mostraron interés, disfrute y mejoras en la rapidez de identificación. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.13 Estimulación Sensorial visual / colores y luces.

El 26 de agosto de 2025 se realizó actividad en sala sensorial visual desde las 3:30 p.m. hasta las 4:05 p.m. con la participación de 14 personas mayores. Las personas mayores expresaron agrado por la actividad realizada, se observó buena disposición e interés durante la actividad. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.14 Estimulación sensorial auditiva. Meditación.

El 27 de agosto de 2025 se realizó actividad en el comedor desde las 2:10 p.m. hasta las 2:55 p.m. con la participación de 34 personas mayores. Se valoró el nivel de participación, la capacidad de seguir las indicaciones y las expresiones de relajación y bienestar tras la actividad. El éxito se evidenció cuando los participantes lograron concentrarse, relajarse y manifestar sensaciones positivas. Como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

1.15 Estimulación Sensorial táctil / relajando nuestro cuerpo

Se logró dar cumplimiento con la fecha programada el 28 de agosto del 2025 de las 02:00 pm a 02:45 pm con una participación de 16 personas mayores, la actividad permitió ofrecer a las personas mayores un espacio de relajación con diferentes texturas, promoviendo no solo el bienestar físico, sino también el emocional, como medio de verificación se cuenta con el formato de desarrollo de actividades, registro fotográfico, y PAIN Actuando de cada una de las personas mayores que participan en la actividad.

En constancia de las 15 actividades de estimulación sensorial realizadas firman las siguientes personas mayores

1. Pola Cuellar Lago, CC 39.831.062

Pola Cuellar

2. Carolina Martínez De Acuña CC 41.731.131

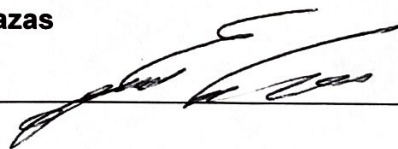
Carolina Martínez

Lio

3 Julio Arturo Castelblanco CC 4.089.886

Fecha de evaluación del encuentro: 28 de agosto de 2025

Nombre y firma de la coordinadora del Centro: Esperanza Cabrera Plazas



REGISTRO FOTOGRÁFICO ACTIVIDADES SENSORIALES AGOSTO 2025

1.1 Estimulación sensorial cognitiva / Test de memoria



1.2 Estimulación Sensorial gustativa / adivinando sabores



1.3 Estimulación sensorial olfativa / recordando a través de los olores.



1.4 Estimulación sensorial auditivo / Meditación



1.5 Estimulación sensorial auditivo y concentración / Reconocimiento de sonidos de animales



1.6 Estimulación Sensorial visual / Lentes coloridos





1.7 Estimulación sensorial auditivo/ recordando la radionovela kaliman.

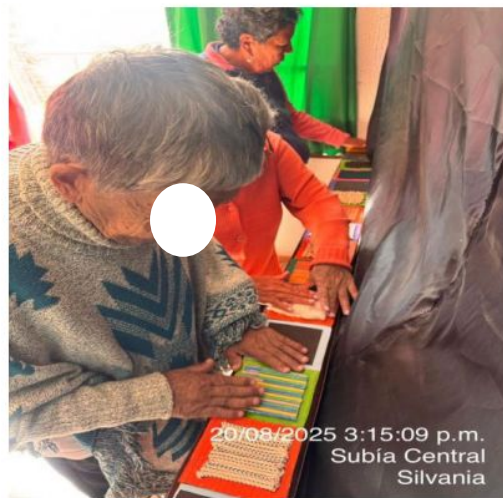


1.8 Estimulación sensorial táctil / relacionándonos con diferentes texturas.



1.9 Estimulación Sensorial táctil / Manitos que sienten





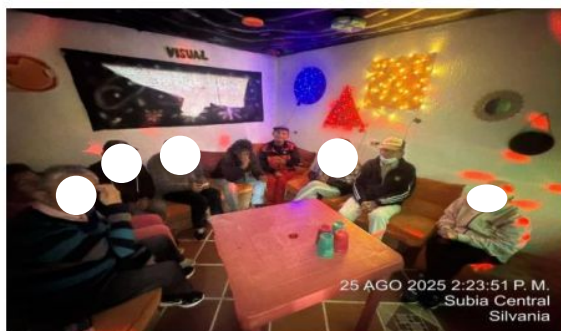
1.10 Estimulación Sensorial olfativa / Tiras de papel aromatizadas



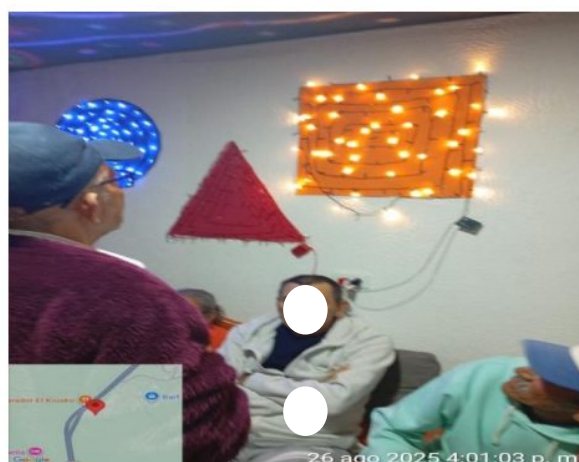
1.11 Estimulación sensorial auditiva / relajándonos con los ritmos



1.12 Estimulación Sensorial visual / Encuentra la pelota en el vaso.



1.13 Estimulación Sensorial visual / colores y luces.



1.14 Estimulación sensorial auditiva. Meditación.





1.15 Estimulación Sensorial táctil / relajando nuestro cuerpo

