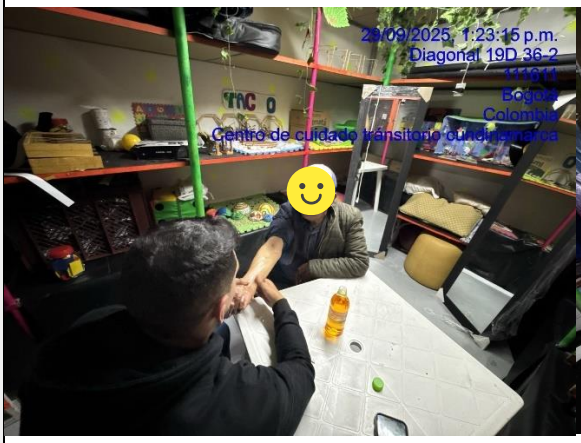
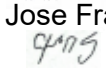
Lugar	Centro de Cuidado Transitorio Cundinamarca
Fecha	29/09/2025 1:20pm – 1:35pm
Tema	Facilitación muscular
Desarrollo	**Objetivo de la actividad** Favorecer la movilidad y la funcionalidad del miembro superior izquierdo en una persona mayor que presenta mano en predicador, a través de técnicas de facilitación muscular dirigidas. La actividad buscó estimular la extensión de los dedos, promover la coordinación fina y gruesa, y facilitar la participación de la persona en acciones que contribuyan a la recuperación funcional y al bienestar físico. **Desarrollo de la actividad** La sesión se llevó a cabo en un espacio tranquilo y adecuado para la intervención terapéutica. La persona mayor fue ubicada en una postura cómoda, con apoyo de respaldo y superficie estable para el brazo afectado. Se inició con un breve calentamiento mediante movimientos pasivos y activos-asistidos de muñeca y dedos, con el fin de preparar la musculatura para la actividad central. Posteriormente, se aplicaron técnicas de facilitación muscular enfocadas en la extensión de los dedos, combinando estímulos propioceptivos y táctiles sobre la palma y el dorso de la mano. Se utilizaron periódicos como recurso terapéutico: en primera instancia, la persona realizó el arrugado y extendido del papel con la mano izquierda, favoreciendo la movilidad de los dedos y la fuerza de prensión. Luego, se propuso la rasgadura del periódico en tiras con apoyo del miembro derecho, estimulando la coordinación bilateral y el control motor fino. Finalmente, se invitó a formar bolas de papel y lanzarlas a un recipiente cercano, con el propósito de integrar el movimiento de agarre, extensión y coordinación ojo-mano en una dinámica lúdica. Durante la actividad, el profesional brindó retroalimentación constante, motivando la participación y adaptando la dificultad según la respuesta motora de la persona mayor. Se incluyeron pausas para estiramiento y se reforzó la importancia de reconocer los pequeños logros en el proceso de movilidad. **Recursos utilizados** • Hojas de periódico. • Recipiente plástico (para la dinámica de lanzamiento). • Silla con respaldo. • Espacio iluminado y ventilado.  

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Julian Molano B 	Terapeuta Ocupacional	CCT Cundinamarca
	Andrés Guerrero 	Educador Físico	CCT Cundinamarca
	Jose Francisco Paz 	Persona Mayor	CCT Cundinamarca
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Realizar ejercicios que permitan el mantenimiento de los sentidos	Persona mayor	Durante la ejecución del convenio
Próxima reunión	No se establece próxima reunión		
Elaboró	Julian Molano Bolaños – Terapeuta Ocupacional		