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: Comunidad de Cuidado Hogar Clarita Santos

1.2 Localidad: N/A

2. Linea: No aplica

2.1. Fecha de Ejecución:

03	12	2024	al	29	12	2024

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 - Enfermera.

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 3, 5 (2 sesiones), 6, 7, 10, 12 (3 sesiones), 13, 20 (2 sesiones), 23, 27, 30 de diciembre de 2024.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**Terapia Ocupacional:** **12 de diciembre:** Se desarrollo actividad de estimulación visual, en donde a través del uso de una linterna, se solicitó a las personas mayores identificar algunas formas y colores específicos, posteriormente, con la ubicación de la luz sobre la pared se le oriento a las personas mayores hacer seguimiento visual de la luz, haciendo movimientos de esta en diferentes direcciones y aumentando paulatinamente la velocidad así como el nivel de complejidad. Para finalizar se ubico una lampara proyectora, donde las personas mayores participantes realizaron el seguimiento visual de diferentes formas y colores. **30 de diciembre:** En esta ocasión se realizó actividad de estimulación táctil, en donde con el uso de libros de texturas y tablero de destrezas se solicitó a las participantes explorar a través del tacto diferentes texturas, así como tapar y destapar diferentes envases, lo anterior inicialmente con los ojos vendados donde se solicitó a cada persona mayor mencionar la sensación que daba cada una de las texturas y posteriormente retirando los opta luz para que pudieran ver de qué se trataba cada elemento. **Psicología:** **3 y 6 de diciembre:** La sesión se inició con la creación de un entorno sensorial cuidadosamente orquestado, diseñado para maximizar la experiencia de relajación y bienestar. Se implementó una iluminación ambiental suave y cromática, que favorece la percepción visual y promueve un estado de calma. Esta atmósfera se complementó con la utilización de aromaterapia floral, seleccionando esencias específicas que estimulan el sistema olfativo y contribuyen a la reducción del estrés y la ansiedad. A continuación, se llevó a cabo la aplicación de vibrotacto en una camilla especializada, donde se ajustaron meticulosamente la frecuencia y la intensidad de las vibraciones, personalizando la experiencia según la tolerancia y las preferencias individuales del paciente. Este enfoque permite una estimulación táctil profunda que favorece la conexión mente-cuerpo. Simultáneamente, se implementó una terapia manual en las manos, utilizando técnicas de masaje específicas que no solo inducen relajación, sino que también favorecen la circulación sanguínea y la liberación de tensiones acumuladas. Este proceso integral de estimulación sensorial busca no solo aliviar el malestar físico, sino también promover un estado de bienestar holístico y una profunda conexión con el propio cuerpo. **Enfermería** **7,13, 20 y 27 de diciembre:** se desarrollo actividad de estimulación táctil, donde se integraron a 4 personas mayores por actividad realizando una sesion de reconocimiento de texturas, el cual proporcione reforzamiento en su estimulacion sensorial, buscando generar sensaciones agradables y placenteras en nuestras personas mayores. la sesión se dirigió de forma individual donde se dieron a tocar y sentir varias texturas a cada una para su posterior identificacion.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**Fisioterapia:** **12 y 20 de diciembre:** Para esta sesión de estimulación sensorial, se diseñó una experiencia relajante y reconfortante centrada en la reflexología podal. En un ambiente cálido y acogedor, las personas mayores en procurando mantenerlas en posición semi fowler que les permitió disfrutar de un masaje terapéutico en los pies, utilizando técnicas de movilización suave y puntos de presión específicos. A través de estas maniobras, buscamos equilibrar sus energías, aliviar el estrés y el cansancio, y promover una profunda sensación de bienestar. **Gerontología:** **El dia 10 y 12 de diciembre**: Se llevó a cabo una sesión de estimulación auditiva con campana y cascables. Se inicia la sesion ubicando las personas mayores en la sala sensorial, en esta actividad la participante debe iidentificar el lado de donde proviene el sonido y el grado de intesidad. Por tanto dependiendo de cada persona mayor y del tipo de discapacidad se emplea optaluz para concetrar la atencion del sentido que se va a trabajar. Se inicia con ejercicios de respiracion triangular con los ojos tapados, luego se reproducen sonidos con diferentes campanas y cascabeles que se reproducen en diferentes intesidaddes, en un primer momento deben identificar el tipo de sonido y el origen y en un segundo momento se reproducen sonidos de los mas alto a lo mas bajo. **Nutrición**: **5 diciembre 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 la consistencia del alimento que está consumiendo (líquido, duro, blando o crocante). Una vez ubicada la persona mayor en el comedor, se ofeceran cuatro tipos de alimentos con diferentes texturas y sabores: Chocolate (líquido), Galleta (crocante), blando (pan), pollo (blando) en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer conciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique el tipo de alimento que está consumiendo y la textura. Finalmente se enseña que alimentos fueron ofrecidos y sus beneficios. **5 diciembre 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 la consistencia del alimento que está consumiendo (líquido, duro, blando o crocante). Una vez ubicada la persona mayor en el comedor, se ofeceran cuatro tipos de alimentos con diferentes texturas y sabores: Chocolate (líquido), Galleta (crocante), blando (pan), pollo (blando) en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer conciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique el tipo de alimento que está consumiendo y la textura. Finalmente se enseña que alimentos fueron ofrecidos y sus beneficios. 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 plastica.	1 paquete de pañitos humedos.
3 libros de texturas.	1 juego de Luces de colores
1 cama vibratoria.	1 Equipo de sonido
12 colchonetas.	Guantes desechables
1 linterna.	1 mesa
1 tablero de destrezas.	4 sillas rimax
8 elementos de espuma (mobilirio sala estimulación)	Equipo de sonido
vibromasajeador de pies	1 piscina de pelotas
3 optaluz.	1 smart TV.
2 Campanas.	2 altavoces.
2 pulseras de cascabeles.	Balón de Bobath.
cuñas	Mantas termicas cervicales.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Terapia Ocupacional Sesión 12 de diciembre: Se cumplió con la fecha proyectada en el cronograma con la participación de 4 personas mayores. Durante la actividad se logró el seguimiento visual de los estímulos brindados en diferentes velocidades, así como el reconocimiento de colores básicos. Las participantes demuestran agrado e interés por la asistencia a los espacios de estimulación sensorial.

Persona mayor: Blanca Raquira. CC. 1070009579 No firma.

Terapia Ocupacional Sesión 30 de diciembre: Se cumplió con la fecha proyectada en el cronograma en donde participaron 4 personas mayores, quienes disfrutaron del espacio ambientado y lograron completar el ejercicio establecido, algunas de ellas refirieron a través de gestos y de forma verbal algunas de las texturas, así mismo avanzaron a una mayor destreza y precisión en el uso del tablero de texturas donde lograron hacer movimientos digitales para enroscar y desenroscar, y otros en enganche para destapar y tapar con presión. Se lograron respuestas adaptativas ante los estímulos brindados.
Persona mayor: Mercedes Lopez Arias CC. 52286674 No firma.

Psicología:
Sesión 3 y 6 de diciembre: La actividad de estimulación sensorial demostró ser altamente efectiva en la promoción de la relajación y el bienestar de los participantes. La creación de un entorno cuidadosamente diseñado, con iluminación suave y aromaterapia floral, contribuyó a reducir la ansiedad y fomentar un estado de calma. La personalización de la aplicación de vibrotacto según la tolerancia individual facilitó una conexión mente-cuerpo profunda, mientras que las técnicas de masaje manual indujeron una notable disminución de la tensión muscular. Los participantes informaron una experiencia placentera y transformadora, lo que sugiere que esta práctica integral debería ser mantenida y ampliada en futuras sesiones, considerando la incorporación de nuevas modalidades sensoriales para enriquecer aún más la experiencia.
Persona mayor: Josefina Ordoñez CC. 25481839 No firma.

Enfermería Sesiones 7 13, 20, y 27 de Diciembre: Durante el desarrollo de la actividad se logró que todas las participantes realizarán el tocamiento y reconocimiento de algunas de las diferentes texturas, la 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 estimulacion ofrecida tolerando el tiempo y desarrollo de la misma.
Persona mayor: CC. 53906013 No firma.
Fisioterapia: Sesiones del **12 y 20 de Diciembre**, Las observaciones durante y después de la sesión revelaron que el ambiente tranquilo, el contacto humano y las técnicas de reflexología empleadas generaron en las personas mayores una profunda sensación de bienestar. Al finalizar, se realizó una evaluación cualitativa a través de lenguaje verbal y no verbal. Las expresiones faciales de relajación, las sonrisas y los comentarios positivos dan respuesta del goce y disfrute de la misma.

Persona mayor, Sara Jaramillo C.c 52286668 No firma.
Gerontología:Se cumple con las fechas establecidas y las sesiones proyectadas permitiendo que las personas mayores identifiquen la intensidad de los sonidos proyectados, adicionalmente se identifica que el proceso de envejecimiento a afectado su sistema auditivo, adicionalmente, la actividad debe adaptarse segun las necesidades de la persona mayor participante.

Persona mayor Gloria Inez Garzón Moreno c.c 52.212.992 No Firma

Nutrición: Durante la ejecución de la actividad, las personas mayores logran estimular las pailas gustativas con los diferentes alimentos ofrecidos, durante este mes se estimulo con diferentes texturas, chocolate (líquido), crocante (galleta) y blando (pollo y pan), las personas mayores muestran agrado y curiosidad por la actividad realizada, teniendo muy buena aceptación.

Sara Jaramillo cc: 52286668 No firma
Doralice Malaver Gómez cc: 41427676 No firma
María de los Angeles Rodríguez cc: 52286654 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 - Enfermera.

Coordinadora: María Gilma Castro Castro Sra. Ma Gilma C.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Terapia Ocupacional:



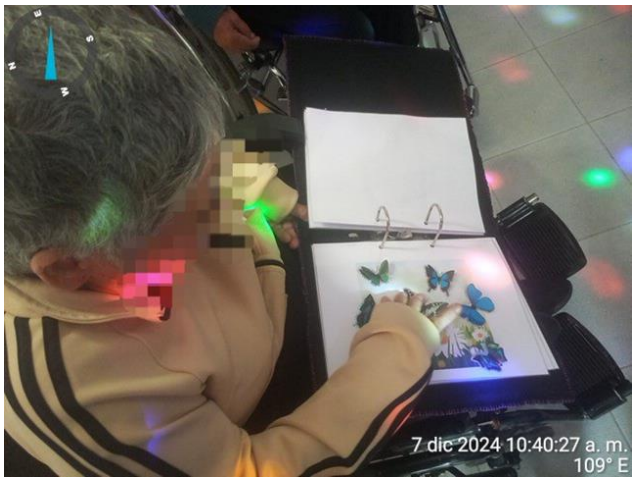


Psicología:





Enfermería:









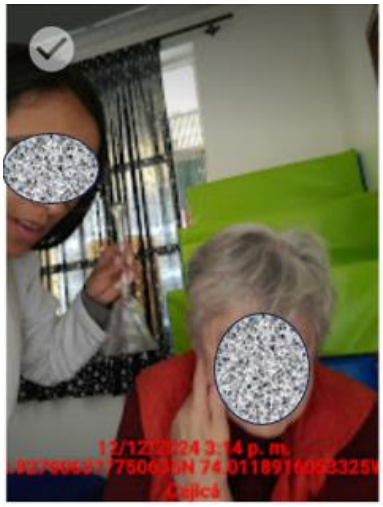
Fisioterapia:





Gerontología:





Nutrición:





