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 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: COMUNIDAD DE CUIDADO

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: LA MACARENA

1.2 Localidad: NO APLICA

2. Línea: NO APLICA

2.1. Fecha de Ejecución:

1	10	2025	al	31	10	2025

2.2. Nombre del encuentro: Ponderable Sala Sensorial

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Estela Rubiano Trabajo social

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Crear un ambiente estimulante y cómodo a las personas mayores de la comunidad de cuidado Macarena a través del uso de diversos estímulos sensoriales adaptados a sus necesidades y experiencias sensoriales significativas, que favorezcan el bienestar físico, emocional y cognitivo de las personas mayores con dependencia severa, con el fin de mejorar su calidad de vida, promover la relajación, reducir agitación y fomentar la comunicación con su medio.

3.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Estimular los sentidos (vista, oído, tacto, olfato y gusto)
2. Favorecer la interacción de las personas mayores con diferentes elementos sensoriales que permitan el reconocimiento de los espacios en los que generalmente se desenvuelve.
3. Mejorar los procesos de concentración, atención y memoria a través de la exploración de diferentes elementos sensoriales dentro de la sala sensorial.
4. Fomentar el bienestar físico, emocional y cognitivo
5. Generar un espacio que provoque estados de bienestar y relajación por medio de la conexión en el tiempo presente durante la estimulación de los diferentes canales sensoriales durante y después de la sesión.

3.3. METODOLOGIA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

La integración en este espacio sensorial estimula los sentidos o emociones para provocar una respuesta en una persona, reduce el estrés y la ansiedad, mejora la conexión emocional favoreciendo la interacción con su entorno social.
Se Organiza el espacio y elementos a utilizar en cada sesión en la sala sensorial, se convoca a las personas mayores según capacidades, necesidades, gustos e intereses.
Se programan 15 sesiones en sala sensorial en el mes de octubre de la siguiente manera:

1. Octubre 6 Estimulación cognitiva
2. Octubre 7 Estimulación Auditiva
3. Octubre 8 Estimulación multisensorial
4. Octubre 9 Estimulacion Danza
5. Octubre 10 Estimulacion sensoperceptual
6. Octubre 14 Estimulacion motora
7. Octubre 15 Estimulación táctil
8. Octubre 16 Estimulación Danza
9. Octubre 17 Estimulación Cognitiva
10. Octubre 20 Estimulación visual y cognitiva
11. Octubre 21 Estimulacion Auditiva
12. Octubre 23 Estimulación auditiva y táctil
13. Octubre 24 Estimulacion tactil
14. Octubre 27Estimulacion motora
15. Octubre 30 Danza

3.3.2 MOMENTO CENTRAL

1. Estimulación cognitiva: Se realiza una actividad de estimulación cognitiva orientada al reconocimiento e identificación de figuras geométricas, utilizando una dinámica de simulación espacial con piezas móviles. Durante el desarrollo, se propone a los asistentes mover y reorganizar las partes de las figuras para conformar nuevas formas, promoviendo la observación, la atención y el razonamiento visual.
2. Estimulación Sensorial Auditiva: Se programó para el martes 07 de octubre y se socializó en cronograma institucional la presente actividad ponderable desarrollada en La Capillas. Orientada en una jornada de estimulación con instrumentos musicales, donde las personas mayores escogían instrumentos de su interés y los tocaban de acuerdo a las melodías que se reproducían, este tipo de sesiones mejoran la salud cognitiva fortaleciendo conexiones neuronales, la memoria, la atención física y social y físicamente, promueve la coordinación motora fina y gruesa, reduce la tensión muscular y la ansiedad. Emocionalmente, mejora el estado de ánimo y la autoestima, y fomenta la expresión personal.
3. Estimulación multisensorial: en este espacio se les realizó a las personas mayores un madaje en miembros superiores e inferiores, mientras escuchaban musica de relajación y se prendió un insienso de aroma a eucalipto, generando un espacio de relajación corporal y mental, que aporta a la estimulasión multisensorial.
4. Estimulacion Danza: Las personas mayores participaron en una actividad orientada a la exploración del esquema corporal, mediante movimientos suaves y coordinados que les permitieron reconocer sus capacidades y límites físicos, fortaleciendo la confianza y la conciencia corporal.
5. Estimulacion sensoperceptual: Se motivó a las personas mayores a participar activamente en una dinámica lúdica utilizando las pelotas de colores que se encontraban dentro de la piscina de peleotas, se les indicó un color específico y en función de ese color, debía seleccionar la pelota correspondiente y lanzarla dentro de una caja ubicada al centro del espacio. Esta acción se repitió varias veces, promoviendo la coordinación motriz, la atención y la percepción visual. Luego del lanzamiento, cada persona debía asociar el color trabajado con una forma, objeto, animal o cosa que conociera, fomentando así la memoria y la asociación de ideas.
6. Estimulacion motora: Se reunen las personas mayores en forma de mesa redonda para realizar actividad motora con la cual tien como objetivo optimizar el control y dominio del propio cuerpo para ejecutar tareas de manera eficiente, precisa y con el mínimo gasto de energía. Esto se logra a través del desarrollo de habilidades como la locomoción, manipulación, estabilidad y coordinación, promoviendo no solo el bienestar físico sino también el desarrollo cognitivo, afectivo y social del individuo.
7. Estimulación táctil: Se trabajó con las personas mayores la estimulación táctil a través de una actividad de siembra de plantas ornamentales, en la cual los asistentes exploraron la textura de la tierra, describieron las características de las plantas y reflexionaron sobre la importancia del cuidado y la responsabilidad hacia otros seres vivos.
8. Estimulacion Danza: Se realiza una sesión de danza guiada del movimiento, acompañada del uso de instrumentos musicales, con el propósito de estimular el ritmo, la coordinación y la conciencia corporal. A través de los movimientos dirigidos, las personas mayores conectaron con la música y su propio cuerpo, expresándose de manera libre y creativa.
9. Estimulación Cognitiva: Se implementaron aros de colores y se emitieron diferentes comandos verbales y demostrativos dirigidos a las personas mayores. Con este tipo de ejercicios se estimula la concentración mediante el seguimiento de instrucciones, el reconocimiento de formas y colores, la memoria, la coherencia, la atención y el lenguaje, fortaleciendo de manera integral las funciones cognitivas.
10. Estimulación visual y cognitiva: en este espacio se les permitió a las personas mayores mirarse en un espejo y describir lo que veían en cuanto a la parte física pero también a lo personal, los participantes recordaron detalles de su vida, sus logros, desaciertos, las batallas que aquel cuerpo lucho en el transcurso de los años, los gustos, se perdonaron y felicitaron por sus logros y tropiezos.
11. Estimulacion Auditiva: Se realizo actividad con una variedad de instrumentos musicales, tales como maracas, tambor, triángulo, flauta entre otros. Se exploraron sus caracteristicas sonoras, permitiendo que cada persona mayor escuchara atentamente el timbre, la intensidad y el ritmo de cada instrumento. A través de una lectura, se explicó el origen y uso de cada instrumento, su ubicación sonora (de dónde proviene el sonido y cómo se percibe en el espacio), y la forma correcta de tocarlo.
12. Estimulación auditiva y táctil: en este espacio se les solicito a las personas mayores cerrar los ojos para entregarles a cada uno un instrumento, con el fin de que reconocieran el instrumento musical sin verlo, luego de que cada uno mencionara cual era el instrumento que le correspondio debia hacerlo sonar para que los demás participantes lo reconocieran, despúes de que todos participaron se les realizaba indicación de interpretarlo mencionando el instrumento que debia sonar, esto con el fin de que estuvieran alerta.
13. Estimulacion Tactil: Se realizo actividad de estimulación sensorial a través del tacto, en donde con los ojos cerrados, se les presentaron a las personas mayores distintos elementos y alimentos que debían manipular y reconocer únicamente por el sentido del tacto. Después de cada identificación, se realizó una breve reseña explicativa sobre el elemento presentado, mencionando a qué grupo de alimentos pertenecía y qué preparaciones o usos se podían realizar con él, permitiendo que los participantes compartieran sus saberes y experiencias relacionadas con la cocina y la alimentación tradicional.
14. Estimulación Motora: Esta actividad se realizó en articulación con el IMRD de Chía, se dispone de un espacio amplio con adecuada iluminación y ventilación natural, se realizaron ejercicios que beneficien tanto la función física como la función cognitiva en las personas mayores estimulando habilidades como coordinación, equilibrio y fuerza.
15. Actividad sensorial Danza, se desarrolla la sesión de danza orientada a la estimulación de la corporal y sensorial. A través del movimiento libre y guiado, se busca fortalecer la conexión con el propio cuerpo, promover la coordinación motriz, y despertar los sentidos mediante el ritmo, la música y el contacto con el entorno.

Powered by CamScanner

3.3.3 MOMENTO FINAL

1. Estimulación cognitiva: Para la fase de cierre, se socializan las posibles soluciones, generando un espacio de reflexión sobre las estrategias utilizadas y fomentando la participación activa del grupo.
2. Se implementaron instrumentos musicales donde los asistentes participaron en una actividad de reconocimiento de sonidos, con el fin de promover la agudeza auditiva y la concentración, además de permitirles identificar melodías que se reproducían en el parlante y televisor que posteriormente los participantes iban a interpretar, evocando melodías de sus épocas y música tradicional navideña como villancicos, este espacio particularmente trae beneficios sociales.
3. Se proyecto musica de relajación y se permitió a los participantes un espacio de tranquilidad y esparcimiento, mientras disfrutaban de un masaje, manifestando el gusto por esta actividad.
4. Estimulacion Danza: Para el cierre, se realizaron ejercicios de estiramiento y respiración, motivando a los participantes a mantener una actitud activa y autónoma frente a su bienestar físico.
5. Estimulacion sensoperceptual: Para finalizar la actividad, se proyectó en el televisor la canción "Cosas de los colores", que reforzó de manera musical y visual los aprendizajes de la actividad. Las personas mayores participaron activamente cantando y reconociendo los elementos mencionados en la canción, lo que generó un ambiente alegre, estimulante y de integración grupal. Este momento permitió consolidar los contenidos trabajados y ofrecer una experiencia sensorial completa.
6. Estimulacion motora: Al finalizar la actividad, se realizo dinamica de como metodo evaluativo de coordinacion,manipulacion e integracion entre pares. Participaron activamente en este momento de intergracion. Estas evaluaciones se centran en el desempeño para activar las tareas cotidianas, la coordinación, la flexibilidad y la fuerza para medir la capacidad de la persona para realizar actividades de la vida diaria.
7. Estimulación táctil: Para el cierre de la actividad, las materas fueron ubicadas en un espacio visible y accesible, motivando a las personas mayores a dar continuidad al cuidado de las plantas como parte de su rutina diaria.
8. Estimulacion Danza: Para el cierre, se dejó una canción para el disfrute y la interpretación libre, permitiendo que cada participante explorara su expresión personal y emocional a través del movimiento.
9. Estimulación Cognitiva: La actividad culmina con una respuesta positiva por parte de los participantes, evidenciando motivación, participación activa y adecuada disposición frente a la intervención.
10. Estimulación visual y cognitiva: para terminar la actividad los participantes indicaron que momento del espacio les agrado más, que historias les generaron expectativa, algunos ahondaron en sus relatos de vida.
11. Estimulacion Auditiva: Para cerrar la actividad, se realizó un breve juego auditivo de reconocimiento de sonidos, donde las personas mayores debían identificar qué instrumento sonaba sin verlo. Posteriormente, se compartieron las experiencias y sensaciones que generó la escucha, reforzando la expresión verbal y emocional. Se hizo una retroalimentación grupal, destacando la importancia del oído como canal de percepción y la diversidad de sonidos que existen en el entorno.
12. Estimulación auditiva y táctil el reconocimiento de los instrumentos al tocarlos fue fácil para algunos de los participantes mientras para otros generó un poco de incertidumbre, se estimuló la parte cognitiva al tener que estar pendientes del nombre de su instrumento para poder realizar la interpretación del mismo cuando se mencionara.
13. Estimulacion Tactil: Para cerrar la actividad, se invitó a las personas mayores a comentar sus sensaciones y recuerdos generados por el ejercicio táctil. Muchos expresaron alegría, sorpresa y satisfacción al reconocer elementos solo con el tacto, recordando momentos de su vida cotidiana y familiar.
14. La actividad tuvo como cierre un espacio de vuelta a la calma con ejercicios de respiración y acompañado con música relajante de fondo para garantizar estímulos sensoriales que retornaran a un estado base y de reposo.
15. Actividad sensorial la Danza: Este espacio permite la socialización, fortalecimiento de las relaciones interpersonales y al bienestar integral, favorece la relajación, la disminución del estrés. La danza es una herramienta terapéutica, lúdica y de integración.

3.4 RECURSOS

ACEITES -ESENCIAS	FIGURAS GEOMÉTRICAS - TAPETE DE NUMEROS
AROS DIVERSOS OBJETOS DE COLORES	DADO DE ESTIMULACIÓN
PELOTAS - AROS	MARACAS- TAMBORES - ACORDEÓN
BATERIA PERCEPTUAL,	LÁMINAS
TABLAS DE TEXTURAS	ESPEJO
OBJETOS Y CAJA SENSORIAL	HOJAS DE COLORES
TABLERO EN ACRÍLICO- MARCADORES- BORRADOR	VIDEOS DE RETOS MENTALES Y PREGUNTAS
CANELA, ALCOHOL, CAFÉ ESENCIAS- HIERBAS	IMÁGENES DE ANIMALES, ALIMENTOS Y OBJETOS
FICHAS CON NÚMEROS Y LETRAS	TELEVISOR PORTATIL
BICICLETA ESTÁTICAS ESPECIALIZADAS	PLASTILINA- HOJAS CON FIGURAS
SABORES	PISCINA DE PELOTAS
TIERRA	PLANTAS Y MATERAS
HOJAS DE COLORES	SONIDO- AUDIOS-PARLANTE DE SONIDOS BLANDOS

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

1. Estimulación cognitiva: Este tipo de ejercicio busca estimular la percepción espacial, la coordinación visomotora y la flexibilidad cognitiva, contribuyendo al mantenimiento de las funciones mentales superiores y favoreciendo el disfrute a través del aprendizaje lúdico.
2. La interpretación de instrumentos a través de la identificación de canciones permitió desarrollar la actividad de forma dinámica y activa. Se evidencio reacciones emocionales y cognitivas para este grupo generacional, esta interacción genera felicidad, reduce el estrés y la soledad y promueve la conexión social.
3. este espacio permitio a las personas mayores tener una estimulación multisensorial, las personas participantes expresaron su agrado por los masajes y erl espacio de relajación.
4. Estimulacion Danza: Con este tipo de estimulación se busca favorecer la movilidad articular, mejorar la coordinación motora, promover la relajación y contribuir al mantenimiento de la autonomía funcional, aspectos esenciales para un envejecimiento saludable y activo.
5. Estimulacion sensoperceptual: Las personas mayores expresaron satisfacción y disfrute durante la actividad, algunos manifestaron que pudieron recordar objetos y animales que no mencionaban desde hace tiempo, mientras que otros valoraron positivamente el uso de la música y el color como elementos motivadores. A nivel general, la actividad fue bien recibida, generó participación activa y fortaleció habilidades cognitivas y sensoperceptivas. Se observó un buen nivel de compromiso, interacción grupal y alegría durante todo el encuentro.

7. Estimulación táctil: Con esta actividad se busca favorecer la estimulación sensorial, fortalecer el vínculo con la naturaleza, promover la motricidad fina y despertar sentimientos de logro, pertenencia y responsabilidad, contribuyendo al bienestar emocional y al mantenimiento de la autonomía.
8. Estimulacion Danza: Con este tipo de actividad se busca favorecer la expresión corporal, fortalecer la motricidad, estimular la memoria y la atención, y promover el bienestar emocional, generando espacios de alegría, conexión y libertad interior.
9. Estimulación cognitiva: A través de este tipo de ejercicios no solo se estimula la memoria, sino también la coherencia, la atención y el lenguaje, fortaleciendo de manera integral las funciones cognitivas.
10. Este espacio no solo permitio realizar un reconocimiento corporal si no tambien traer al presente eventos significativos en la historia de vida de cada uno de los participantes.
11. Estimulacion auditiva: Con esta actividad se logró estimular la percepción auditiva y la memoria sonora de las personas mayores, fortaleciendo la comunicación, la autoestima y el bienestar general a través de la música. Los personas mayores participaron con interés y atención, mostraron disposición para escuchar y reconocer los sonidos, evocaron recuerdos y expresiones de emociones positivas.
12. Estimulacion auditiva y Tactil: se permitió a los participantes generar confianza en ellos mismos al identificar los instrumentos solo con tocarlos, además permitió que evocaran recuerdos de su infancia.

13 Estimulacion Tactil: Se favoreció la socialización, la autoestima y el bienestar emocional, logrando una conexión significativa con sus recuerdos y experiencias personales. Las personas mayores participaron de manera activa y entusiasta en toda la actividad. Mostraron buena disposición, capacidad de concentración y habilidad para identificar objetos mediante el tacto.

14. Está actividad con apoyo del IMRD permite consolidar procesos donde las entidades públicas aportan de su talento humano y experiencia para llegar a las personas mayores de la Comunidad, quienes han manifestado adherencia a las propuestas traídas por la profesional.
15. Actividad sensorial Danza, busca fomentar una mayor integración, fortalecer la autoestima de los participantes y promover el reconocimiento de sus capacidades.

En constancia firma:

Firma Luz Marina A.

Nombre de la persona mayor
c.c. 41518717

Ana Paulina Forero - Coordinadora
CC 35413872

Fecha de evaluación del encuentro: 31/10/2025

Nombre del profesional que evalúa: Estela Rubiano Trabajo Social

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRAFICO

SALA SENSORIAL

1. Estimulación cognitiva:



2. Estimulación Sensorial Auditiva



3 Estimulación multisensorial



4. Estimulación



5. Estimulación sensoperceptual





6. Estimulación





7. Estimulación táctil



8. Estimulación danza



9. Estimulación Sensorial Cognitiva



10. Estimulación



11. Estimulación Auditiva



12. Estimulación



13. Estimulación Táctil:



14. Estimulación Motora



15.


30 oct 2025 09:31:41
Comunidad de Cuidado La Macarena. Danzas casa de la Cultura
Número de índice: 2135