

 <p>ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA</p>		<p>PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL</p>			<p>Código: FOR-PSS-570</p>		
					<p>Versión: 1</p>		
					<p>Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022</p>		
		<p>FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ</p>			<p>Página: 1 de 2</p>		

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. Línea: No aplica		<table border="1"> <tr> <td>01</td> <td>11</td> <td>2025</td> </tr> </table>		01	11	2025	al <table border="1"> <tr> <td colspan="2">2.1. Fecha de Ejecución:</td> </tr> <tr> <td>30</td> <td>11</td> </tr> <tr> <td colspan="2">2025</td> </tr> </table>		2.1. Fecha de Ejecución:		30	11	2025	
01	11	2025												
2.1. Fecha de Ejecución:														
30	11													
2025														
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. Sandra Velasquez - Fisioterapia. Fanny Pinzón, Adriana Rodríguez, Rosa Gómez, Cleya Malagón - Enfermeras														
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, propiocepción 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 evitando elementos que interfieran con el buen desarrollo de la actividad.													
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Para este mes se proyectaron actividades para los días: 1, 5, 6, 9, 14, 15, 17, 24, 25 (2 sesiones) , 27 (2 sesiones) 28 (2 sesiones) , 29 de noviembre													
	Terapia ocupacional: 14 de noviembre: Durante la jornada se realizó una actividad táctil orientada a favorecer los procesos de estereognosia, en donde las personas mayores debían separar elementos de distintos tamaños y formas que se encontraban mezclados entre granos de garbanzo, todo ello con los ojos cubiertos. A lo largo del ejercicio se promovió la discriminación táctil, integrando de forma bilateral sus manos y desarrollando una exploración espacial que permitió la clasificación de los elementos.													
	27 de noviembre: Se realizó una sesión de estimulación olfativa, esta vez complementada con apoyo visual, considerando las características de las personas mayores participantes. La actividad comenzó aplicando esencia de manzana en un trozo de algodón y, posteriormente, se mostró una imagen con diferentes frutas para que cada persona pudiera asociar el olor con la opción correspondiente. El mismo procedimiento se llevó a cabo utilizando esencias de durazno y naranja. Una vez finalizado el ejercicio, se realizó la retroalimentación mostrando la fruta correcta para reforzar el aprendizaje y la asociación sensorial.													
	Psicología: 28 de Noviembre am y pm: En el inicio de la sesión de estimulación sensorial, se creó un ambiente acogedor y propicio para la autoreconocimiento. La persona mayor fue situada frente a un espejo iluminado con luces de diferentes colores, lo que inmediatamente captó su atención. Este momento fue crucial, ya que se buscó fomentar la curiosidad y la conexión con su propia imagen. La iluminación variada no solo estimuló la vista, sino que también generó un espacio seguro donde la persona pudo sentirse cómoda y abierta a la experiencia. Durante el desarrollo de la sesión, se llevaron a cabo diversas actividades que promovieron la interacción con el espejo y los colores. Se animó a la persona mayor a explorar su reflejo, a tocar el espejo y a observar cómo cambiaban los colores con diferentes movimientos. Este momento central fue enriquecido con la verbalización de emociones y recuerdos asociados a su imagen, lo que fomentó un diálogo interno y una mayor conciencia de sí mismo. La estimulación sensorial a través de la vista y el tacto permitió que la persona se sumergiera en una experiencia multisensorial, fortaleciendo su conexión emocional con el entorno.													
	Enfermería: 1 y 15 de noviembre: Para esta sesión se ubicaron a las personas mayores en el espacio determinado para la sala sensorial donde se desarrolló actividad de juego con pelotas y relajación la actividad con pelotas facilita la conexión entre ellas, mejorando la interacción y cooperación con otras personas. Conecta sus recuerdos y experiencias pasadas y recupera el control sobre su cuerpo y emociones													
	9 de noviembre: Para esta sesión se ubicaron a las personas mayores en el espacio determinado para la sala sensorial donde se desarrolló actividad de relajación con sesión de masajes en la que se busca reducir el estrés y la tensión muscular, mejorar la circulación sanguínea y promover la relajación mental y física. Mediante presión suave y movimientos rítmicos de los masajes relajantes se busca calmar el sistema nervioso y liberar endorfinas, logrando efecto calmante y mejorando el estado de ánimo de las participantes.													
	17 y 29 de noviembre: En esta sesión se implementó una proyección de luces trabajando la parte visual que genere un ambiente cómodo y suave para las participantes. La estimulación sensorial con luces ayudó a mejorar su calidad de vida y a reactivar sus sentidos, además puede ayudar a mejorar el estado de ánimo y a reducir la ansiedad. se ubicaron en silla se proyectó luces en un tablero las cuales debían de prender por medio de un interruptor identificando así el color de la luz. generando un espacio de paz y armonía entre ellas mejorando su confianza y su capacidad de autocontrol.													
	Fisioterapia: Durante el mes de noviembre se desarrollaron tres sesiones terapéuticas los días 5, 6 y 25, enfocadas en el manejo del dolor muscular y articular: Estas intervenciones incluyeron estimulación táctil mediante texturas rugosas y finas, utilizada como estrategia sensorial para favorecer la percepción corporal, mejorar la tolerancia al tacto y preparar los tejidos para las técnicas posteriores. Las sesiones integraron diferentes medios físicos y técnicas manuales como: la aplicación de medios sedativos (infrarojo paquete caliente seco) para disminuir la rigidez y mejorar la elasticidad de los tejidos, masaje terapéutico manual orientados a la relajación muscular, movilizaciones articulares pasivas, estiramientos musculares y técnicas de facilitación neuromuscular para estimular la propiocepción y mejorar la activación muscular. El propósito de estas intervenciones era alcanzar a reducir el malestar causado por el dolor y optimizar el bienestar de las personas mayores. Para ello, también se procuró que cada sesión se realizara en un ambiente sereno y confortable, complementado por música suave y aromas tranquilizantes, lo que contribuyó a generar un entorno terapéutico favorable.													
	Gerontología: La actividad se llevó a cabo los días 25 y 27 de noviembre y estuvo orientada al fortalecimiento de la estimulación táctil en personas mayores, especialmente aquellas que presentan discapacidad visual. Para ello, se empleó plastilina como material principal y se utilizó una plantilla elaborada en silicona con relieve, diseñada específicamente para facilitar el reconocimiento táctil de formas y guiar el proceso de trabajo manual. Durante la sesión, las personas mayores siguieron las instrucciones proporcionadas de manera clara y adaptada, lo que les permitió manipular la plastilina, explorar texturas, desarrollar motricidad fina y mantener un contacto sensorial significativo. La actividad no solo estimuló sus capacidades táctiles, sino que también promovió la participación activa, la concentración y la creatividad, en un entorno accesible y respetuoso de sus necesidades particulares													
	Nutrición: 24 noviembre 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 el sabor y la consistencia de los alimentos que está consumiendo, se ofrecen alimentos como: helado y yogurt. Una vez ubicada la persona mayor, se brindarán dos tipos de texturas (líquida y blanda) en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer consciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique los diferentes tipos de sabores que está consumiendo y el tipo de textura. Finalmente se enseña qué alimentos fueron ofrecidos y que nos aportan nutricionalmente.													
	24 noviembre 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 el sabor y la consistencia de los alimentos que está consumiendo, se ofrecen alimentos como: helado y yogurt. Una vez ubicada la persona mayor, se brindarán dos tipos de texturas (líquida y blanda) en porciones pequeñas que le permitan saborear y hacer consciente el hábito de la alimentación, posteriormente la persona mayor identifique los diferentes tipos de sabores que está consumiendo y el tipo de textura. Finalmente se enseña qué alimentos fueron ofrecidos y que nos aportan nutricionalmente.													
3.3.3. MOMENTO FINAL	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														
Equipo de sonido		3 fragancias tipo aceite (durazno, manzana y naranja).												
5 canastillos pequeños.		1 video beam.												
Fichas pequeñas: Parques, botones, arandelas.		2 humidificadores.												
Internet		luces												
Guantes de latex		Utensilios de cocina												
1 libra de garbanzos.		Alimentos												
Pelotas medianas y balón terapéutico		Tablero con múltiples interruptores												
1 paquete de algodón.		1 computador portátil.												
4 optaluz.		Plastilina												
1 sistema de luces laser.		Plantilla elaborada previamente												
infrarojo, paquetes calientes eléctricos, masajeador pies		aceite de aromas, texturas finas y rugosas												
Crema hidratante		Proyector de luzes												

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Terapia Ocupacional

14 de noviembre: Se cumplió con el cronograma propuesto. Durante la actividad se observó que las personas mayores tienden a apoyarse en la visión para completar las tareas, por lo que fue necesario brindar refuerzos constantes para evitar que descubrieran sus ojos. A lo largo de la sesión lograron identificar y separar con facilidad los elementos de mayor tamaño; sin embargo, presentaron dificultades al manipular objetos pequeños, como botones. Estos resultados evidencian la importancia de continuar reforzando ejercicios de estimulación táctil, considerando algunos cambios funcionales relacionados con el envejecimiento los cuales pueden afectar la precisión táctil y la discriminación fina.

Persona mayor: Isabel Medina Moreno CC. 52286659 No firma

27 de noviembre: Se cumplió con el cronograma propuesto. Durante la sesión, las participantes presentaron algunas dificultades para relacionar los olores con las imágenes mostradas. No obstante, se logró estimular el canal olfativo mediante la exposición a aromas familiares, los cuales pudieron vincular con alimentos presentes en su vida cotidiana. Aunque no siempre identificaron de manera exacta cada fruta, asociaron los olores con sensaciones agradables y con alimentos que reconocen y consumen habitualmente. Estos hallazgos evidencian la relevancia de continuar trabajando la estimulación olfativa, ya que su práctica contribuye al mantenimiento de la memoria sensorial, al reconocimiento de estímulos y al fortalecimiento de la conexión con experiencias de la cotidianidad.

Persona mayor: Teresa de Jesús Gomez Urrea CC. 52666200 No firma

Psicología

28 de noviembre: Al finalizar la sesión, se lograron importantes avances en el bienestar emocional y cognitivo de la persona mayor. Se observó un aumento en la autoestima y una mayor disposición para interactuar con su propio reflejo. Además, se evidenció una mejora en la atención y la concentración, así como una mayor capacidad para recordar momentos significativos de su vida al observar su imagen. Estos logros no solo reflejan el impacto positivo de la estimulación sensorial, sino que también resaltan la importancia de crear espacios donde las personas mayores puedan redescubrirse y conectar con su identidad de manera significativa.

Persona mayor Luz Marina Garces cc. 1193480607 No firma

Enfermería:

1, 9, 15, 17, 29 de noviembre: Al finalizar las actividades se logró que todas las personas mayores realizarán la estimulación con proyección de luces, reconocimiento de texturas por medio de la elementos de diferente formas, al igual que la realización de los ejercicios físicos ofrecidos con pelotas, sesión de masajes relajantes, dichas sesiones se realizaron 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 medianes risas y señas por la estimulación ofrecida tolerando el tiempo y desarrollo de la misma.

Persona mayor: Luz Marina Garces CC. 1193480607 No firma.

Fisioterapia:

Durante la ejecución de las actividades se brindó a los participantes un espacio orientado a favorecer la relajación muscular, disminuir los niveles de dolor musculo articular, promover el movimiento articular, mediante técnicas específicas adaptadas a sus necesidades. Estas acciones integradas dentro de un entorno terapéutico, seguro y acompañado, busco contribuir al bienestar físico de los participantes.

Persona mayor: Cosejo Leon CC. 53905716, No firma.

Gerontología: En esta actividad las personas mayores lograron manipular la plastilina siguiendo las instrucciones y utilizando la plantilla siliconada para desarrollar su trabajo táctil. Esto permitió estimular de manera efectiva la percepción sensorial, la motricidad fina y la coordinación mano al tiempo que se promovió la autonomía y la confianza en la ejecución de tareas adaptadas a sus necesidades.

Persona Mayor:Diana cuervo C.C: 53.906.044 No firma

Nutrición: Durante la ejecución de la actividad, las personas mayores logran estimular las papilas gustativas con los alimentos ofrecidos, durante este mes de noviembre se estimuló la textura líquida y blanda en un preparaciones como helado y yogurt, se repiten las preparaciones ya que las personas mayores mostraron mucho interes y agrado por la actividad realizada, teniendo muy buena aceptación.

Persona Mayor: Gloria Hoyos CC: 53905872 No firma

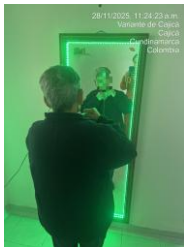
Persona mayor: María Ana Belen Piñeros CC: 41333583 No firma

SE ANEXA EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Terapia Ocupacional:



Psicología:



Enfermería:



Fisioterapia:



Gerontologia:



Nutrición:

