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: _ Hogar San José Sasaima

1.2 Localidad: No aplica

2. Línea: Movilizando Capacidades

2.1. Fecha de Ejecución:

1	2	2026	al	28	2	2026

2.2. Nombre del encuentro: 1. Experiencia Multisensorial 2. Navegando y Escribiendo 3. Tiempo de Disfrute

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Carolina Enciso Rincón - Terapeuta Ocupacional

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover el mantenimiento de las capacidades y habilidades cognitivas, comunicativas, sociales y de ocupación de las personas mayores mediante espacios de estimulación multisensorial, cognitiva, actividades recreativas y de relajación, teniendo en cuenta intereses y recursos personales.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1: Experiencia Multisensorial: Estimular los sistemas sensoriales en las personas mayores mediante actividades que incluyan la discriminación de diferentes sonidos y texturas, la degustación de sabores, la percepción de olores y de imágenes, fomentando la interacción social y emocional, y promoviendo una sensación de bienestar integral.

Actividad 2: Navegando y Escribiendo: Promover el mantenimiento de habilidades cognitivas y motoras finas por medio del uso de herramientas tecnológicas y audiovisuales y de actividades que fortalezcan el aprestamiento y la escritura.

Actividad 3: Tiempo De Disfrute: Fomentar la participación de las personas mayores, en actividades recreativas y de relajación dirigidas a estimular el bienestar integral, la interacción social y la ocupación de los participantes.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL

Actividad 1: Los días 03, 09, 19 y 25 de febrero de 2026 se planea realizar actividad multisensorial.
Inicialmente se convocó y motivo a las personas mayores a ser partícipes de las actividades propuestas, luego fueron trasladadas y organizadas en la sala multisensorial y en los diferentes espacios de la comunidad de cuidado. Posterior a esto, se les explico el motivo del encuentro y se dieron indicaciones para el desarrollo de las mismas. Como estrategia para la ejecución de estas se implementaron instrucciones verbales, sencillas y claras, además, se utilizaron diferentes elementos para estimular los sentidos.

Actividad 2: Los días 03, 05, 09 y 23 de febrero de 2026 se desarrollará actividad denominada navegando y escribiendo.
Para el momento inicial, se convocó a las personas mayores a participar en la actividad y se les ubicó en el lugar destinado para su realización. Se explicó la temática a desarrollar, proporcionando instrucciones claras y demostrativas para una mejor comprensión. Las actividades se realizaron de manera grupal, teniendo en cuenta las habilidades y capacidades de los participantes. Además, se utilizaron herramientas tecnológicas, como computadores de mesa, así como cuadernos, con el propósito de estimular las habilidades cognitivas y motoras finas. Durante el desarrollo de las actividades se brindó acompañamiento constante mediante indicaciones verbales y demostraciones prácticas, lo que facilitó el seguimiento de instrucciones y permitió la finalización de las mismas.

Actividad 3: Los días 17 y 20 de febrero de 2026 se llevarán a cabo actividades recreativas.
Para el momento inicial se convocó a las personas mayores a participar en las actividades, luego fueron trasladadas y organizadas en los espacios destinados para los encuentros, garantizando su comodidad. A continuación, se dio un saludo inicial a los participantes y se explicó la temática que se desarrollaría durante las actividades, creando un ambiente acogedor y motivador.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1:
Durante el momento central de la actividad, se realizó una estimulación visual utilizando láminas con diversas imágenes de elementos del hogar, tales como radio,teléfono, vajilla, licuadora, armario, cobija, entre otros. Cada persona tuvo la oportunidad de observar detenidamente las láminas y, considerando sus habilidades, se les pidió que describieran e identificaran lo que veían. También se realizaron ejercicios de seguimiento visual y reconocimiento de colores y formas. Esta actividad fomentó la activación sensorial y cognitiva, promoviendo la atención y la memoria visual.

La actividad de estimulación olfativa se desarrolló a través de esencias como chocolate, limón, coco y manzana. Para esto se presentaron uno a uno los recipientes que contenian esencias, permitiendo que cada participante oliera y explorara las distintas aromas. Durante la actividad, se observaron las diferentes expresiones de las personas mayores al identificar cada aroma y se les animó a compartir sus impresiones y recuerdos asociados. De esta manera, se fortaleció la memoria olfativa, generando activación sensorial y bienestar. Además, según el nivel de deterioro cognitivo, se llevó a cabo una breve conversación sobre los diferentes olores.

Se dio apertura a la actividad de estimulación táctil realizando masajes relajantes a las personas mayores, aplicando aceite de naranja en miembros superiores que incluyeron movimientos suaves, presiones controladas y estiramientos suaves. Cabe mencionar que mientras se realizaba la estimulación se indago sobre las sensaciones que percibían y lo que generaban las mismas. Por otra parte, la actividad se realizó de manera individual teniendo en cuenta disposición y tolerancia de los participantes a los estímulos generados.

Para el momento central de la actividad de estimulación gustativa, se ofrecieron diversos sabores: Azucar (dulce), gelatina de limón (ácido), café (amargo) y sal (salado). A cada participante se le entregó un palo de paleta para uso personal, pasando individualmente por cada una de las personas mayores, presentando los sabores uno a uno. Los participantes probaron los sabores que se proporcionaron a través de cada una de las paletas y se les animó a expresar sus reacciones y comentarios, así como también se realizó observación de su expresión facial frente a cada uno de los sabores proporcionados, también se les motivo a identificar cada sabor dejando ver el estado actual de su sentido y se les fue realizando la presentación de cada sabor para que lo visualizaran y lograran evaluar si lo identificaron o no. Para esta actividad se vinculo a las personas mayores que no presentan problemas de deglución.

Actividad 2:
Durante el momento central de la actividad, se dio inicio a la misma explicando qué es un monitor o pantalla, identificándolo como una parte fundamental del computador que permite visualizar la información y los contenidos que se están trabajando. Para facilitar el aprendizaje, se utilizaron ejemplos visuales, imágenes ilustrativas y se proyectaron videos cortos que mostraban las funciones básicas del monitor. Además, los participantes tuvieron la oportunidad de interactuar directamente con los equipos, reconociendo físicamente el monitor, encendiéndolo y observando cómo se refleja en él el funcionamiento del computador. Durante las actividades, se brindó acompañamiento individualizado para resolver dudas, generando un ambiente de aprendizaje que despertó el interés por continuar explorando el uso básico del computador y sus componentes. Se proyecta dar continuidad a la actividad el próximo mes.

La actividad se desarrolló mediante el uso de cuadernos. En un primer momento, se realizó una explicación breve y clara sobre la dinámica de la actividad, indicando a los participantes que se llevaría a cabo la lectura y escritura de frases cortas, con el propósito de estimular habilidades cognitivas y motoras finas. Posteriormente, se entregaron los cuadernos a cada participante para dar inicio a la escritura de las frases propuestas, respetando el ritmo y las capacidades individuales. Durante el desarrollo de la actividad, se brindaron instrucciones claras acompañadas de reforzadores verbales constantes, con el fin de favorecer una postura corporal adecuada, un agarre funcional del elemento de escritura y una correcta ejecución del trazo. Asimismo, se promovió un ambiente motivador mediante el reconocimiento de los logros, habilidades y capacidades de cada participante, fortaleciendo la confianza y la participación activa. Estos ejercicios permitieron no solo promover la precisión y coordinación en el trazo, sino también estimular procesos cognitivos como la atención, la concentración, la memoria y la comprensión.

Algunas personas mayores, de manera autónoma, eligieron observar en los computadores de mesa una variedad de videos relacionados con sus intereses personales, destacándose aquellos vinculados a la música ranchera, la carranga y la visualización de paisajes. Por otra parte, la actividad les permitió explorar contenidos visuales significativos, reforzar conocimientos previos y la evocación de recuerdos, promoviendo procesos cognitivos como la atención, la memoria y la comprensión. Así mismo, contribuyó al fortalecimiento de habilidades tecnológicas básicas en un ambiente participativo desde sus capacidades e intereses.

Actividad 3:
Se llevó a cabo una actividad recreativa enfocada en la relajación y el bienestar de las personas mayores. La actividad consistió en la aplicación de masajes cutáneos en miembros inferiores y superiores, empleando aceite esencial de rosas y jazmín en brazos y piernas. Los masajes se realizaron ejerciendo un presión suave, lenta y constante, con el propósito de reducir o eliminar tensiones acumuladas, promover una sensación de confort y brindar un efecto calmante que favoreciera la experiencia sensorial y el bienestar general de los participantes. Para garantizar un ambiente óptimo, la actividad se realizó en un espacio tranquilo, alejado del ruido y posibles distractores, permitiendo a los participantes disfrutar plenamente del espacio de relajación. Además, se ambientó el lugar con esencias aromáticas y música relajante, favoreciendo un entorno de calma y serenidad. Cabe destacar que el ingreso al espacio de relajación se realizó por grupos de personas mayores, permitiendo una atención más personalizada y un ambiente tranquilo durante la actividad.

Se inicio la celebración de cumpleaños dando la bienvenida a los participantes y ubicándolos en tiempo y espacio, mediante la orientación sobre el día, mes, año y lugar y recordando el motivo del encuentro. Seguido a esto, se hizo lectura de los nombres de las personas mayores que festejaron un año más de vida, entre los que se encontraban: Álvaro Sanabria, Jorge Muñoz, Verónica Díaz, Aracely Soto, Blanca Higua, Adelia Muñoz, Consuelo Hernández, Adelia Baquero, Vicente Coronado, Jorge Enrique Silva, Luz Gutiérrez y Gloria Hincapié. Posteriormente, se dio paso a la entonación del happy b-day y al compartir (torta y sorbete), además, se amenizo el espacio con música y juegos didácticos. La actividad permitió promover la integración y la diversión de los asistentes.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Actividad 1: Para dar cierre a la actividad, se resaltó el compromiso y participación de las personas mayores, reconociendo su disposición e interés durante la actividad. Como parte del proceso de evaluación, se aplicó la escala de reacción corporal mediante la observación directa, con el objetivo de identificar los niveles de respuesta de los participantes ante los estímulos generados. Por último, se recogió y organizó el material implementado y se realizó traslado de las personas mayores a los diferentes espacios de comedores con el apoyo de auxiliares de Enfermería.

Actividad 2: Para dar cierre a la actividad denominada "Navegando y escribiendo", se resaltó el interés y la dedicación de los participantes. Se les invitó a compartir sus impresiones sobre los ejercicios realizados, brindando un espacio para escuchar atentamente sus comentarios, y aprendizajes. Posteriormente, se realizó una breve retroalimentación de las actividades desarrolladas, incentivando a las personas mayores a continuar participando en estos espacios, con el propósito de contribuir al mantenimiento y estimulación de sus habilidades cognitivas y motoras finas. Finalmente, se organizó el espacio y se expresó agradecimiento a las personas mayores por su participación.

Actividad 3: El encuentro concluyó realizando preguntas post actividad para evaluar si las actividades recreativas estimularon el bienestar integral, la interacción social y la ocupación de los participantes, ¿siente que el masaje le ayudó a relajarse y aliviar tensiones?, ¿pudo compartir momentos de conversación con otras personas mayores?, ¿siente que las actividades lo mantuvieron entretenido y ocupado? y ¿le gustaría participar nuevamente en una actividad como esta? las respuestas se obtuvieron utilizando una paleta visual, conformada por una mano de color verde con el dedo arriba, representando una respuesta positiva, y una mano de color rojo con el dedo abajo, indicando lo contrario. Además, se agradeció por la disposición y participación durante las actividades, y se escucharon las apreciaciones de las personas mayores sobre el espacio de relajación y la celebración de cumpleaños, fomentando la interacción. Finalmente, se ubicó a los participantes en los diferentes espacios de la comunidad de cuidado, y se procedió a recoger y organizar el material utilizado.

3.4 RECURSOS

Recursos Materiales	Recursos Humanos
2 Computadores de mesa	Personas Mayores
2 Escritorios	Auxiliares de Enfermería
2 Sillas	Técnicos en Artes
Láminas con imágenes de elementos del hogar	Terapeuta Ocupacional
Cuadernos	
Lápices	
Tajalápiz	
Borradores	
Esencias de chocolate, limón, coco y manzana	
Colchonetas	
Almohadas	
Aceite esencial de rosas y jazmín	
Guantes	
Aceite de naranja	
Sombreros de fiesta	
Collares hawaianos	
Bombas	
Mantel de fiesta	
Pimpones	
Vasos desechables	
Torta	
Sorbete	
Computador portátil	
Red de internet	
1 Cabina de sonido	
1 Micrófono inalámbrico	
Sabores básicos (azucar, sal, gelatina y café)	
Palos de paleta y recipientes	
Mesas	
Sillas	

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Se logró cumplir con el objetivo de la estimulación multisensorial al crear espacios diseñados para presentar estímulos visuales, olfativos, táctiles y gustativos. Estos estímulos permitieron generar diferentes sensaciones en las personas mayores participantes, promoviendo la exploración sensorial y fortaleciendo la conexión con sus sentidos del tacto, la vista, el gusto, el oído, el olfato. Las actividades no solo estimularon la percepción sensorial, sino que también contribuyeron al bienestar emocional. Durante las actividades, algunos compartieron experiencias relacionadas con los diferentes estímulos, fomentando la interacción social y promoviendo una sensación de bienestar integral. Como medio de evaluación a las actividades, se realizó una valoración individual de cada uno de los sentidos de los participantes, utilizando la escala de reacción corporal evidenciandose que la mayoría mostraron reacciones moderadas a activas (niveles 2 y 3), manifestando interés, interacción constante con los estímulos y expresiones de agrado. Sin embargo, algunos presentaron reacciones mínimas o nulas (niveles 0 y 1), lo que resalta la importancia de la estimulación sensorial en el bienestar integral de las personas mayores favoreciendo su conexión con el entorno. Se contó con la participación de 37 personas mayores.

Actividad 2: Se logró el cumplimiento del objetivo propuesto al fomentar el mantenimiento de habilidades cognitivas y motoras finas, evidenciándose en los participantes interés por desarrollar ejercicios prácticos a través del uso de herramientas tecnológicas (computadores). La actividad se centró en el reconocimiento del monitor o pantalla, así como la interacción con el equipo, permitiendo a las personas mayores identificar este componente, encenderlo y observar su funcionamiento. Estas tareas facilitaron la familiarización con la tecnología, fortaleciendo el reconocimiento visual y funcional del monitor. Al mismo tiempo, promovieron la interacción social y la estimulación de procesos cognitivos.
Por otra parte, se realizaron ejercicios de aprestamiento para la escritura mediante el uso de cuadernos, adaptados a las capacidades y habilidades individuales de cada persona mayor. Durante las actividades, algunos realizaron preguntas, observándose motivación por aprender, lo que permitió generar un espacio de aprendizaje dinámico, en el que se brindó acompañamiento individualizado para resolver inquietudes y reforzar conceptos. Como proyección, se continuará con la implementación de ejercicios de aprestamiento y la exploración de componentes del computador, manteniendo un enfoque práctico y adaptado a las necesidades de la población, con el objetivo de seguir promoviendo el mantenimiento de habilidades motoras finas y cognitivas en las personas mayores. En las actividades se vincularon 24 personas mayores.

Actividad 3: La actividad de relajación y la celebración de cumpleaños permitieron estimular el bienestar integral, la interacción social y la ocupación de las personas mayores. Estas actividades no solo ofrecieron un espacio de esparcimiento y disfrute, sino que también contribuyeron a fortalecer los lazos afectivos. A través de la aplicación de la encuesta post actividad, utilizando la paleta visual, se logró evaluar la percepción de los participantes, los resultados evidenciaron un buen nivel de aceptación y disfrute, reflejando que las personas mayores lograron experimentar bienestar y mantener su ocupación activa durante las actividades. Además, se conto con el apoyo del Fisioterapeuta, quien brindó acompañamiento a los participantes y guió la aplicación de los masajes corporales, asegurando que las técnicas empleadas fueran adecuadas y beneficiosas para cada persona. Durante las actividades se observó compromiso y participación constante, lo que indica que las actividades fueron significativas para los asistentes. Se contó con la vinculación de 100 personas mayores en las actividades propuestas.

NOTA ACLARATORIA: Los registros fotográficos reposan en el Drive de la comunidad de cuidado.

Elvira Rodríguez
Persona mayor
C.C. 41326055

Ana Osma
Persona mayor
C.C. 28193262

Eduardo Gualteros
Persona Mayor
C.C. 6094050

Hna. Anabelly Del Carmen Cadena
Coordinadora
C.C. 1086754440

Fecha de evaluación del encuentro: 28 de Febrero de 2026

Nombre del profesional que evalúa: Carolina Enciso Rincón

REGISTRO FOTOGRÁFICO

ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: EXPERIENCIA MULTISENSORIAL
FECHAS DE REALIZACIÓN:

1. **3/02/2026**
2. **9/02/2026**
3. **19/02/2026**
4. **25/02/2026**









REGISTRO FOTOGRÁFICO

ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: NAVEGANDO Y ESCRIBIENDO
FECHAS DE REALIZACIÓN:

1. **3/02/2026**
2. **5/02/2026**
3. **23/02/2026**
4. **9/02/2026**
5. **9/02/2026**
6. **9/02/2026**








Hogar San José Sasaima
carrera 4# 6-21
9 feb 2026 9:52:56 a.m.


Hogar San José Sasaima
carrera 4# 6-21
9 feb 2026 9:53:21 a.m.


Hogar San José Sasaima
carrera 4# 6-21
9 feb 2026 10:24:21 a.m.

REGISTRO FOTOGRÁFICO

ÁREA: TERAPIA OCUPACIONAL
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: TIEMPO DE DISFRUTE
FECHAS DE REALIZACIÓN:

1. **17/02/2026**
2. **17/02/2026**
3. **17/02/2026**
4. **20/02/2026**
5. **20/02/2026**
6. **20/02/2026**








20/02/2026, 9:56:1 a.m.
Comunidad de cu ado
Hogar San José Sasaima
Cra 4 n 6-21, Cundinamarca.


Sasaima
Hogar San José
Cra 4 # 6 - 21
20/02/2026, 10:18:57 a.m.


Sasaima
Hogar San José
Cra 4 # 6 - 21
20/02/2026, 10:30:46 a.m.