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: Gratitud

1.2 Localidad: Suba

2. Línea: Actividad Ponderable

2.1. Fecha de Ejecución:

10	10	2023	al	26	10	2023

2.2. Nombre del encuentro: Como percibimos los sabores y las texturas

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Juliana Castro - Nutricionista

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Presentar a las personas mayores participantes de la actividad, el funcionamiento del sentido del gusto y el proceso que permite la percepción de los sabores, de la misma manera realizar estimulación sensorial a través de los alimentos, lo cual contribuya a que los participantes se interesen en incluir una mayor variedad de alimentos en su dieta.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

-Propiciar que las personas mayores reconozcan los 5 diferentes sabores reconocidos en la actualidad.
-Incentivar en las personas mayores la identificación de diferentes texturas y sabores de diferentes grupos de alimentos.
-Motivar a las personas mayores a incluir una mayor variedad de alimentos a su dieta, tanto los que son consumidos dentro de la unidad operativa como los ingeridos fuera de esta.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1 MOMENTO INICIAL	Se realizará la invitación a las personas mayores del Centro Comunidad de Cuidado Gratitud, a la participación de actividades relacionadas con la percepción de los sabores y texturas. En el desarrollo grupal dentro de la actividad propuesta se llevarán a cabo dos encuentros para el mes de octubre en donde la profesional a cargo de la actividad desarrollara con las personas mayores dinámicas de integración asociadas con el conocimiento adquirido dentro de las diferentes estrategias propuestas dentro de la comunidad de cuidado. En la primera actividad del 10 de octubre de 2023 se realizará una contextualización acerca del tema a tratar con ayudas audiovisuales y resolviendo dudas de los participantes, la segunda actividad se realizará el 26 de octubre de 2023 en esta se llevará a cabo la práctica sensorial en que se degustaran varios grupos de alimentos y los participantes deberán reconocer sus diferentes texturas y sabores.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	10/10/2023: Actividad 1: Contextualización del sentido del gusto. Se realiza la proyección de un breve video en el cual se explica de manera general y en términos sencillos como es el funcionamiento básico del sistema del gusto, desde que los alimentos entran a la boca, como influye la masticación y la salivación en la percepción de los sabores y como se envían impulsos nerviosos al cerebro que son los que finalmente permiten identificar el sabor que tiene el alimento, se explican los diferentes tipos de papilas gustativas que posee la lengua humana y como se conecta el sentido del gusto con el sentido del olfato y de esta manera es más intensa la percepción de sabores de los alimentos. Posteriormente se realiza la proyección de una presentación como apoyo para dar una explicación más detallada del sistema del gusto, las partes que lo componen y su funcionamiento, en este momento se aborda la importancia que tiene para la supervivencia del ser humano el ser capaz de identificar diferentes sabores, puesto que esto también puede ser un indicador de comida en mal estado y que por consiguiente debe evitarse su consumo, así mismo, los diferentes sabores propician que el ser humano incluya una mayor variedad de alimentos en su dieta. 26/10/2023: Actividad 2: Práctica sensorial. Se organiza una mesa en la que se disponen diferentes alimentos y en el tablero se realiza el esquema de una lengua y las zonas donde se identifican ciertos sabores, para llevar a cabo la práctica los participantes cierran los ojos y comen un pequeño trozo de los alimentos dispuestos de tal manera que deben identificar cual es el sabor que están sintiendo. Los sabores más fácilmente identificables son el sabor dulce y el salado, de igual manera se evidencia que algunas personas mayores experimentan mayor dificultad para identificar los sabores, sobre todo cuando estos vienen mezclados en los alimentos como un dulce con centro acido o alimentos de paquete a los cuales se les agrega picante, pues se concentran principalmente en la sensación que genera el picante.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Se genera un momento de reflexión con los participantes de la actividad, en donde estos evidencian que en ocasiones no les es tan fácil identificar ciertos sabores lo que resulta en que soliciten adición de sal o azúcar en la comida que se brinda dentro de la unidad operativa, se resuelven dudas e inquietudes que se presentan y se finaliza la actividad.

3.4.RECURSOS

Locativos: sillas, mesas, espacio para la realización del encuentro.
Humanos: Profesional a cargo de la actividad.
Materiales: variedad de alimentos, guantes de manipulación de alimentos.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Se realizaron para el mes 2 encuentros ejecutados sobre 2 encuentros programados en las fechas establecidas previamente en el cronograma de actividades.

Dentro del desarrollo de las actividades se tuvo una participación de 15 personas mayores.

Durante la primera actividad desarrollada el 10 de octubre de 2023 se evidencia que los participantes identificaron los 5 sabores reconocidos actualmente incluyendo el sabor umami, de igual manera identifican la importancia del sentido del olfato en la percepción de los sabores.

En la segunda actividad llevada a cabo el 26 de octubre de 2023 se evidencia una participación activa por parte de las personas mayores, muestran interés por realizar el ejercicio de identificación de sabores y reflexionan acerca de la solicitud de sal y azúcar que realizan en algunas ocasiones reconociendo que esto puede estar influido por la percepción personal de cada uno y no por las cantidades utilizadas en las preparaciones.

En constancia de lo anterior, firman:

Jesus Omar López, cc 4337001 - Persona mayor: Jesús Omar López J.

Disneyla Diaz - Coordinadora :

Fecha de evaluación del encuentro: 26/10/2023

Nombre del profesional que evalúa: Juliana Castro - Nutricionista

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRÁFICO

Fecha: 10 y 26 de octubre de 2023	**Nombre de la actividad:** Como percibimos los sabores y las texturas	**Responsable:** Juliana Castro – Nutricionista







