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 Página: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Es Comunidad de cuidado. 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de Cuidado Hogar Clarita Santos

1.2 Localidad: N/A

2. Línea: No aplica

2.1. Fecha de Ejecución:

01	03	2026	al	31	03	2026

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, Angela Patricia Gómez - 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, 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: 4, 5, 7, 10, 14, 15, 17, 21, 24 (2 sesiones), 25 (2 sesiones), 28 y 30 de marzo (2 sesiones).

3.3.2 MOMENTO CENTRAL

Terapia ocupacional:
4 y 25 de marzo: Durante este mes, se llevaron a cabo sesiones de estimulación propioceptiva y táctil, en las cuales se implementó la aplicación de calor mediante el uso de elementos como cuellos y mantas térmicas. A través de esta estrategia, se trabajó en la identificación de diferentes partes del cuerpo, facilitando el reconocimiento de zonas con presencia de dolor y promoviendo la activación de este canal sensorial.

Asimismo, se realizaron masajes con técnica de proximal a distal en los miembros superiores, favoreciendo la circulación, la relajación muscular y la conciencia corporal. De igual manera, se aplicaron masajes de reflexología facial, orientados a promover la relajación y el bienestar general, teniendo en cuenta que se incluyeron personas mayores con un alto grado de compromiso funcional.

Psicología:
17 y 24 de Marzo: Desde el área de psicología se dio inicio a la actividad de estimulación sensorial mediante la preparación del ambiente, procurando un espacio seguro, tranquilo y libre de distractores. Se explicó de manera clara y sencilla a las personas mayores el objetivo de la actividad, orientado a favorecer la relajación, la atención y la percepción sensorial. Posteriormente, se procedió a oscurecer la habitación con el fin de potenciar la experiencia visual, generando un ambiente propicio para la estimulación controlada a través de luces. Durante el desarrollo de la actividad, se implementaron estímulos visuales a través de luces de colores en movimiento, las cuales proyectaban figuras dinámicas como círculos, desplazamientos ascendentes y giros. Las personas mayores participaron de manera activa, observando y siguiendo los patrones lumínicos, lo que favoreció la focalización de la atención, la estimulación de la percepción visual y la evocación de sensaciones asociadas al bienestar. Se acompañó el proceso con orientación verbal suave, promoviendo la conexión con la experiencia sensorial y el disfrute del momento.

Enfermeria:
7 y 14 de marzo:Para esta sesión se ubicaron a las personas mayores en el espacio determinado para la sala sensorial donde se desarrolló actividad 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.
15 de marzo: se desarrollo actividad sensorial con plastilina siendo una estrategia para estimular funciones cognitivas, motricidad fina y bienestar emocional. mejora la coordinacion mano-ojo, favorece la movilidad de manos y dedos, estimula la memoria (al asociar formas con experiencias), promueve la relajacion y disminuye el estres y incentiva la expresion emociona.
21 de marzo: La estimulación sensorial con texturas en personas mayores es una actividad que estimula la percepción táctil, la memoria sensorial y la atención mediante la exploración de diversas texturas. como beneficio tiene Activa la memoria sensorial, mejora la atención y concentración, estimula la motricidad fina, favorece la relajación y promueve la comunicación y socialización, se ubicaron a 4 personas mayores donde se les dio una cartilla a cada una para que identificaran las diferentes texturas: suave: algodon, asperas: lija y esponja dura, blandas: espumas, naturales: piedras pequeñas y conchas.
28 de marzo: en esta sesion se ubicaron a varias personas mayores en el area sensorial ubicadas en una mesa y se realizo actividad con globos, la cual estimula la percepción sensorial, la motricidad fina y gruesa, y promover la relajación y el bienestar emocional mediante el juego con estos. siendo algunos sus beneficios: Mejora la coordinación y movilidad, estimula el sentido del tacto (textura, temperatura, presión), favorece la atención y concentración, promueve la interacción social y genera sensaciones de alegría y bienestar.

Fisioterapia: Los días 5 y 10 de marzo se desarrollaron actividades terapéuticas orientadas a la estimulación de mecanorreceptores a nivel de pies y manos, con el objetivo de favorecer la respuesta neurosensorial y el bienestar general de las personas mayores. Se implementaron las siguientes técnicas: Digitopresión en pies y manos, con el fin de estimular los mecanorreceptores y favorecer la irrigación sanguínea, estimulación en pies con vibromasajeadores terapéuticos y aplicación de calor seco, contribuyendo a la relajación muscular, ejercicios de movilidad articular pasiva en miembros superiores e inferiores (brazos y piernas), promoviendo el mantenimiento de la movilidad y técnicas de facilitación neuromuscular, como las aproximaciones articulares, orientadas a activar los receptores articulares y facilitar el aumento del tono muscular. Las sesiones fueron acompañadas de estímulos que favorecen la relajación y la integración sensorial: Música relajante, luces de colores y aromas suaves.

Gerontología: Los dias 24 y 25 de marzo se realiza estimulacion sensorial Se desarrolló una actividad de estimulación cognitiva dirigida a personas mayores, orientada al fortalecimiento de la atención, la memoria y la percepción visual, mediante el uso de secuencias de figuras geométricas y colores. La actividad inició con la ambientacion del lugar, con sonidos que evocan la tranquilidad por tanto; presentación de diferentes figuras geométricas (círculos, cuadrados, triángulos) en variados colores, organizadas en secuencias simples que progresivamente aumentaban en complejidad. En un primer momento, se invitó a los participantes a observar atentamente cada serie, promoviendo la identificación de patrones y la relación entre forma y color.Posteriormente, se realizó un ejercicio de repetición, en el cual las personas mayores debían reproducir la secuencia observada utilizando tarjetas o fichas, favoreciendo así la memoria inmediata y la coordinación viso-motora. A medida que avanzaba la actividad, se incorporaron variaciones en las secuencias, estimulando la flexibilidad cognitiva y la capacidad de anticipación.

En una segunda fase, se trabajó la identificación de figuras dentro de una secuencia dada, solicitando a los participantes reconocer elementos específicos (por ejemplo, ubicar una figura determinada o identificar cuál faltaba en la serie). Este ejercicio permitió fortalecer procesos de discriminación visual, concentración y razonamiento lógico.
La actividad se desarrolló en un ambiente participativo y de apoyo, respetando los ritmos individuales y fomentando la interacción grupal. Como resultado, se evidenció un adecuado nivel de compromiso, así como avances en la atención sostenida, la memoria y la capacidad de reconocimiento de patrones, contribuyendo al mantenimiento de las funciones cognitivas en las personas mayores.

Nutrición: 30 marzo 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 mantecada. Una vez ubicada la persona mayor, se brindarán dos tipos de texturas (blanda y crocante) 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.

30 marzo 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 mantecada. Una vez ubicada la persona mayor, se brindarán dos tipos de texturas (blanda y crocante) 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	2 cuellos termicos.
Internet	4 sillas plasticas, mesa
Guantes de latex	1 manta térmica.
Hojas impresas con ejercicios cognitivos.	Luces de colores
paquetes calientes	Alimentos
Crema hidratante	Utensilios de cocina
3 libros de texturas.	Proyector de lucez
12 hojas	Aromas
Masajeadores de cuello	Vibromasajeadores teraputicos
1 mesa pequeña.	2 cajas de Colores
1 caja plastilina	globos color rojo

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Terapia Ocupacional
4 y 25 de marzo: Durante las sesiones, se logró que las personas que, por sus características y condiciones específicas, no participan en otras actividades del plan de atención institucional, disfrutaran de momentos de cuidado diseñados como estrategia de estimulación, donde se avanzó a una mayor interacción con el entorno y con los elementos utilizado como es el caso de las mantas térmicas y demás productos utilizados.

Las personas mayores demostraron respuestas positivas al contacto, que, aunque no siempre fueron evidentes de manera tangible, se pudieron observar a través de la intencionalidad motora. Esto se manifestó, por ejemplo, cuando pasaban un segmento corporal sobre otro, señalaban diferentes partes del cuerpo o realizaban gestos y señas, evidenciando participación activa, atención y tolerancia al contacto durante la sesión.

Persona mayor: María del Carmen Espitia Lopez CC. 53906011 No firma

Psicología
17 y 24 de marzo: Se evidenció una respuesta favorable por parte de las personas mayores, reflejada en estados de relajación, disminución de la agitación y mayor disposición hacia la actividad. Asimismo, se fortalecieron procesos atencionales y perceptivos, contribuyendo al bienestar emocional y a la estimulación cognitiva. La actividad facilitó un espacio de interacción positiva con el entorno, promoviendo experiencias significativas que aportan al mantenimiento de funciones psicológicas y a la calidad de vida de los participantes.

Persona mayor María Cecilia Pachón cc. 21153559 No firma

Enfermería:
7, 14, 15, 21 Y 28 de marzo: Al finalizar las actividades se logró que todas las personas mayores asistentes realizarán la estimulación mediante reconocimiento de texturas (blandas, asperas, suaves y naturales), formacion de figuras con plastilina al igual que estimulacion sensorial con globos y por ultimo sesion de masajes manuales y con masajeador de cuello. 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 mediantes risas y señas por la estimulación ofrecida tolerando el tiempo y desarrollo de la misma.

Persona mayor: Rosalba Alarcon Vargas CC. 51668899 No firma.

Fisioterapia: Se evidenció una respuesta positiva por parte de las personas mayores frente a las actividades terapéuticas implementadas, logrando una adecuada estimulación neurosensorial a través de técnicas como la digitopresión, el vibromasaje y la aplicación de calor seco. Asimismo, se favoreció la relajación muscular, la circulación sanguínea y el mantenimiento de la movilidad articular mediante ejercicios pasivos y técnicas de facilitación neuromuscular. De igual manera, los estímulos multisensoriales utilizados (música, luces y aromas) contribuyeron a mejorar el bienestar general, la disposición y la participación durante las sesiones.

Persona mayor: Cecilia Pachon CC. 21153559 , No firma.

Gerontología: Como logro de la actividad, las personas mayores mantuvieron atención y concentración al seguir secuencias de figuras geométricas y colores, evidenciando mayor disposición para observar, analizar y responder a los estímulos presentados. Asimismo, se promovió la memoria inmediata mediante la reproducción de patrones, así como la percepción y discriminación visual al identificar figuras dentro de una secuencia.

Persona Mayor: Cecilia Guarnizo C:C: 53.905.795 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 marzo se estimuló la textura blanda y crocante en un preparaciones como helado y mantecada, las personas mayores muestraron mucho interes y agrado por la actividad realizada, teniendo muy buena aceptación.

Persona Mayor: Sara Jaramillo CC: 52286668 No firma
Persona mayor: Rita Galindo CC: 53906038 No firma

Nota aclaratoria: El registro fotográfico original reposa en DRIVE de la comunidad de cuidado.

Nombre del profesional que evalúa: Yeny Milena Rincón R - Psicóloga. Yamile Viana - Nutricionista. Yolima Beltrán - Gerontóloga. Viviana Josa - Terapeuta ocupacional. Sandra Velasquez - Fisioterapia. Fanny Pinzón, Adriana Rodríguez, Rosa Gómez, Angela Patricia Gómez - Enfermeras

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

SE ANEXA EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Terapia Ocupacional:





Psicología:





Enfermería:











Fisioterapia:





Gerontología:





Nutrición:



