	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 Pagina: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Comunidad de cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: San José

1.2 Localidad:N/A

2. Línea: N/A

2.1. Fecha de Ejecución:

9	8	2024	al	29	8	2024

2.2. Nombre del encuentro: 1. Forma y color, 2. Mantenimiento visual 3.Plastinoterapia, 4. Sonidos naturales, 5.El efecto de la música 6. Reconozco los sonidos, 7. Ejercitate sin limites, 8. marcha terapeutica, 9. Pedaleando-ando 10. Balance y Bienestar, 11. Discriminacion tactil en manos y pies, 12. Estimulación olfativa, 13. Estimulación propioceptiva 14. Reconocimiento de esquema corporal 15. Amor a tu cuerpo 16, Me cuido

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Clara Eugenia Sanchez (Terapeuta Ocupacional)-Pilar Prieto (Gerontologia)Juan Pablo Hurtado (Fisioterapia) Viviana Diaz (Psicologa) Zulay Rojas (Trabajadora Social) Gina Quevedo (Enfermera)

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL
Favorecer las capacidades, habilidades comunicativas y sociales de las personas mayores a través de actividades ocupacionales significativas para el mantenimiento de su desempeño.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Actividad 1: Actividad sensorial denominada " Forma y Color " generar sensaciones agradables y placenteras en las personas mayores mediante la exposicion y manejo ludico de las formas y los colores.
Actividad 2: Actividad denominada "Veo y Me solprendo" Estimular la vision con diferentes objetos de varios tamaños, formas y tonalidades y distancias en el entorno inmediato.
Actividad 3: Actividad sensorial denominada " Plastinoterapia" : Moldear plastilina en diferentes tamaños y figuras que mantengan la concentracion y el sentido del tacto por medio de intrucciones de moldeo.
Actividad 4: Actividad Sensorial denominada " Sonidos naturales" : Favorecer las relaciones con su entorno y todo lo que le rodea, integrando mejor las capacidades sensoriales a nivel auditivo de las personas mayores participantes.
Actividad 5: La actividad de musicoterapia tiene como objetivo promover el bienestar emocional y físico de las personas mayores a través de la música. Se busca estimular la memoria, la comunicación, la expresión emocional y el bienestar general en un entorno seguro y estimulante
Actividad 6: la actividad "el efecto de la musica" tiene como objetivo promover el reconocimiento de los sonidos musicales atraves de la identificacion de sus gustos, permitiendo traer a memoria recuerdos positivos a traves de las melodias.
Actividad 7: Actividad Sensorial denominada " Ejercitando sin limites" :se realiza con el fin de obtener la máxima autonomía e independencia del adulto mayor para desarrollar sus actividades de la vida diaria
Actividad 8: Actividad Sensorial denominada " marcha terapeutica" :se realiza con el fin de favorecer la marcha y obtener la máxima autonomía e independencia del adulto mayor para desarrollar sus actividades de la vida diaria
Actividad 9: Actividad Sensorial denominada " pedaleando ando" : se realiza con el fin de favorecer el rango articular y las culidades fisicas y cineticas de las personas mayores .
Actividad 10: Actividad Sensorial denominada " balance y bienestar" : Favorecer el balance, el equlibrio estatico y dinamico de la persona mayor con nel fin de evitar el deterioro fisico de la persona mayor .
Actividad 11: Actividad sensorial denominada "estimulación táctil de manos y pies" Estimular los canales receptores de mies y manos con el fin de mantener la sencibilidad y participar de las actividades de la vida diaria.
Actividad 12: Actividad sensorial denominada " estimulación olfativa" mantener en las personas mayores activos los canales receptores del olfato mediante estimulos cortos, con el fin de favorecer sus tareas de autocuidado
Actividad 13: Actividad sensorial denominada " estimulacion propioceptiva" favorecer los receptores sensoriales del movimineto a traves de estimulos superficiales, con el fin de mantener la actividad fisica en la persona mayor.
Actividad 14: Actividad sensorial denominada " Reconocimiento de esquema corporal" mantener el reconocimineto corporal por medio moviminetos con el fin de promover el auto conocimineto en el adulto mayor
Actividad 15: La actividad "Amor a Tu Cuerpo" realizada el dia 10 de agosto diseñada para mejorar el bienestar de las personas mayores a través de masajes e hidratacion de piel, enfocándose en el amor propio para ofrecer beneficios físicos y emocionales clave para una vida plena y saludable. Los masajes mejoran la circulación, reducen la rigidez muscular y aumentan la movilidad, aliviando dolores comunes en la vejez y manteniendo una buena salud física. Además, ayudan a reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, promoviendo un estado de relajación y bienestar general. La actividad también fomenta la independencia al enseñar técnicas de masaje sencillas que los participantes pueden realizar por sí mismos o con ayuda, fortaleciendo su autonomía y confianza en el autocuidado.
Actividad 16: La actividad " me cuido" realizada el dia 20 de agosto se reunen a personas mayores con limitacion en los movimientos fisicos con el fin de motivarlos a hacer participes en su autocuidado se les motiva realizando estiramientos y masajes de drenaje posturales para evitar deuso y favorecer la circulacion sanguinea

3.3. METODOLOGÍA	
3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1**: Las sesiones siguen una metodología pautada de la siguiente manera: Saludar cuando se entra y se sale del salón sensorial, explicar a los participantes lo que se hará el que se hará durante la sesión, mostrar afecto, comunicar todo el que va sucediendo y estar alerta que la persona mayor esté cómoda y relajada en todo momento
	Actividad 2: Las sesiones siguen una metodología pautada de la siguiente manera: Saludar cuando se entra y se sale del salón sensorial, explicar a los participantes lo que se hará el que se hará durante la sesión, mostrar afecto, comunicar todo el que va sucediendo y estar alerta que la persona mayor esté cómoda y relajada en todo momento
	Actividad 3: Las sesiones siguen una metodología pautada de la siguiente manera: Saludar cuando se entra y se sale del salón sensorial, explicar a los participantes lo que se hará el que se hará durante la sesión, mostrar afecto, comunicar todo el que va sucediendo y estar alerta que la persona mayor esté cómoda y relajada en todo momento
	Actividad 4: Las sesiones siguen una metodología pautada de la siguiente manera: Saludar cuando se entra y se sale del salón sensorial, explicar a los participantes lo que se hará el que se hará durante la sesión, mostrar afecto, comunicar todo el que va sucediendo y estar alerta que la persona mayor esté cómoda y relajada en todo momento
	Actividad 5: La actividad "el efecto de la musica" se lleva a cabo los dias 9 y 25 de agosto en el salón sensorial diseñado específicamente para proporcionar un ambiente acogedor y enriquecedor. El espacio está equipado con elementos que estimulan los sentidos, como luces suaves, texturas variadas, y colores relajantes, creando un entorno propicio para la relajación y el disfrute. Cada sesion de la actividad dio inicio con la invitación y el traslado de las personas mayores al punto de encuentro, en donde se les hizo una explicación previa del proposito de la actividad.
	Actividad 6: La presente actividad se proyecta realizar el dia 27 de agosto del 2024, en donde se convocar a un grupo de personas a participar en el salon sensorial, alli se les socializara el objetivo de la actividad, asi como se busca promover emociones de felicidad a traves del reconocimiento de los sonidos musicales, por ello con la ayuda de un parlante se les reproducira musica de diferentes generos en donde iniciaran asertando el interprete de la cancion y nombre, luego contara alguna historia que traiga a memoria de proceso de vida.
	Actividad 7:La presente actividad se lleva a cabo el dia 26 de agosto del 2024, en donde se convocar a un grupo de personas a participar en el salon sensorial, alli se les socializara el objetivo de la actividad, asi como se busca promover la actividad fisica con el fin de disminuir el deterioro fisico ,En la cual se inicio con estiramientos estaticos y dinamicos se continuo con una serie de movimientos activos ,coordinados , lentos y controlados con el fin de favorecer el moviento de las articular de miembros superiores e inferiores durante 15 segundos ,se continua con movimientos armonizados acompañados con musica con el fin de activar la musculatura de miembros superiores ,Hay un incremento progresivo,a medida que avanza la actividad, se aumenta gradualmente la intensidad y la amplitud de los movimientos, asegurándose de no forzar el cuerpo y de mantener un ritmo cómodo y controlado.
	Actividad 8:La presente actividad se lleva a cabo el dia 21 de agosto del 2024, en donde se convocar a un grupo de personas a participar en el salon sensorial, alli se les socializara el objetivo de la actividad, asi como se busca promover la actividad fisica con el fin de disminuir el deterioro fisico ,En la cual se inicio con estiramientos estaticos y dinamicos se continuo con una serie de movimientos activos ,coordinados , lentos y controlados con el fin de favorecer el moviento de las articular de miembros superiores e inferiores durante 15 segundos ,se continua con movimientos armonizados acompañados con musica con el fin de activar la musculatura de miembros superiores ,Hay un incremento progresivo,a medida que avanza la actividad, se aumenta gradualmente la intensidad y la amplitud de los movimientos, asegurándose de no forzar el cuerpo y de mantener un ritmo cómodo y controlado.
	Actividad 9:La presente actividad llamada "pedaleando-ando" se lleva a cabo el dia 12 de agosto del 2024,se motiva a cada persona mayor a ser participe en la actividad con el fin de mantener una movilidad articular optima ,disminuir las aderencias articulares y lesiones musculoesqueleticas.y evitar el deterioro fisico de la persona mayor .
	Actividad 10: La presente actividad se lleva a cabo el dia 25 de agosto del 2024,se motiva a cada persona mayor a ser participe en la actividad con el fin de mantener una movilidad articular optima ,disminuir las aderencias articulares y lesiones musculoesqueleticas.y evitar el deterioro fisico de la persona mayor .
	Actividad 11: Discriminación táctil de manos y pies: esta actividad consiste en estimular los canales receptores de la piel de manos y pies, por medio de la variedad de texturas encontradas en las pelotas sensoriales, estos estímulos se realizan de forma superficial, ateniendo a lo que pueda experimentar la persona mayor, así mismo favorece la propiocepción corporal. Actividad que se desarrolla el 27 de agosto de 2024
	Actividad 12: Estimulación olfativa: Esta actividad consiste en estimulación de los canales receptores del olfato, por medio de la percepción de diferentes aromas por cortos periodos de tiempo y la asociación de estos con elementos comunes del día a día. Actividad que se desarrolla el 27 de agosto de 2024
	Actividad 13: Estimulación propioceptiva: Esta actividad se basa en la estimulación propioceptiva global por medio de cortos movimientos fuertes emitidos por la silla mecánica, estos estímulos deben ser por cortos periodos de tiempo y vigilar el estado de salud de la persona mayor tras el estímulo, de igual forma es importante preguntar sobre la sensación dada por el estimulo si es agradable. Actividad que se desarrolla el 28 de agosto de 2024
	Actividad 14: Reconocimiento de esquema corporal: Esta actividad es llevada a cabo frente el espejo, con el fin de que la persona mayor identifique sus lateralidades y segmentos corporales, esta actividad se realiza con constantes reforzadores verbales con el fin de orientar los movimientos de la persona mayor. Actividad desarrollada el dia 29 de agosto de 2024

Actividad 15: Para iniciar la actividad "Amor a Tu Cuerpo", nos reuniremos en un ambiente cálido y acogedor, diseñado para transmitir calma y bienestar. En este primer momento, queremos crear un espacio de tranquilidad y conexión, en el cual los adultos mayores se sientan valorados y cómodos. Comenzaremos con una breve introducción sobre la importancia del cuidado de la piel, destacando cómo una hidratación adecuada puede fortalecerla y mantenerla saludable. Explicaremos los beneficios de aplicar cremas hidratantes, enfatizando cómo esta práctica no solo ayuda a prevenir laceraciones y desgarros, sino que también contribuye al bienestar general y al sentido de auto-cuidado. Después de esta explicación, se ofrecerá a cada participante una selección de cremas hidratantes de alta calidad, elegidas especialmente para atender las necesidades de la piel madura. Los asistentes serán guiados paso a paso en la aplicación de las cremas, asegurándonos de que se sientan cómodos y reciban la atención necesaria para una correcta aplicación. Este momento inicial está diseñado para ser una experiencia enriquecedora y relajante, promoviendo no solo el cuidado físico, sino también un sentido de auto-amor y aprecio por su propio cuerpo. Al finalizar, se fomentará un breve intercambio de impresiones y sentimientos sobre la actividad, reforzando el sentido de comunidad y el valor del autocuidado en su vida cotidiana. Actividad desarrollada el 10 de agosto de 2024

Actividad 16: Se explica la importancia de los estiramientos y drenajes posturales asi mismo la importancia de los cambios de posicion para evitar ulceras por presion ya que las personas convocadas presentan deterioro en la marcha por lo cual deben hacer uso de traslados en silla de ruedas y uso de medidas antiescaras ademas se sensibilizan para que ellos colaboren al momento de los cambios de posicion para evitar mayor espasticidad de las extremidades superiores e inferiores Actividad que se desarrolla el 20 de agosto de 2024

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Actividad 1:• Actividad sensorial denominada " Forma y Color " realizada el dia 9 de agosto en ella se realiza desplazamiento de los participantes al salon sensorial.luego de ubicarlos y colocar musica intrumental con sonido de flautas,al dejar ya armado el ambiente de relajacion con aromas de canela , se explica a los participantes lo que se va a realizar con la sesion y que el resultado final de beneficio en el mantenimiento visual que se pretende, al realizar el ejercicio.Continuando se exhiben diferentes figuras y formas con variados colores los participantes deben buscar y encontrar la figura con el color que la profesional señale, así mismo buscar los colores que contrasten, se va realizando una lista de manera oral, al señalar o marcar los objetos encontrados, los participantes mejoran la coordinación entre lo que ven y cómo responden con sus manos, Comienza con imágenes simples y aumenta la complejidad segun capacidades residuales de los participantes buscando mejoran sus habilidades a medida que se habituen a las sesiones de mantenimiento visual.

Actividad 2:Actividad sensorial denominada " Mantenimiento Visual " realizada el dia 12 de agosto en ella se realiza desplazamiento de los participantes al salon sensorial.luego de ubicarlos y colocar musica intrumental con sonido de violines ,al dejar ya armado el ambiente de relajacion con aromas de sandalo ,se explica a los participantes lo que se va a realizar con la sesion y que el resultado final de beneficio en el mantenimiento visual que se pretende, al realizar el ejercicio.Continuando se exhiben diferentes objetos con variados colores y formas los participantes deben buscar y encontrar el objeto darle nombre y describirlo ,al igual que identificar su color,el tamaño y la textura , segun lo que cada uno considere, se reparte el objeto y se lee la lista de objetos a los participantes, se establece un tiempo límite para encontrar todos los objetos o detalles.Los participantes deben señalar el objeto y describir cada objeto que encuentren en la mesa, ejemplo "una flor amarilla". Esto lo realizaron cad uno de los participantes teniendo como tiempo limite 2 minutos, buscando la concentracion y fluidez verbal en describir lo que visualmente estan observando.

Actividad 3: Actividad sensorial denominada " Plastinoterapia " realizada el día 22 de agosto en ella se realiza desplazamiento de los participantes al salón sensorial. Luego de ubicarlos y colocar música instrumental con sonidos instrumentales de arpa, aromas de esencias de lavanda, se explica a los participantes lo que se va a realizar con la sesión y que el resultado final de beneficio en el mantenimiento visual que se pretende, al realizar el ejercicio. Continuando con la entrega a cada participante de plastilina en forma de bolas con diferentes colores,cada participante realizo figura de si mismo y luego figuras de diferentes accesorios con distintos colores de plastilina, con los cuales devian acondisionar en la figura de ellos mismos y luego describir el porque de la figura y el porque de los accesorios y describirlos de manera verbal a todos sus pares.

Actividad 4: Actividad sensorial denominada " Sonidos Naturales" realizada el dia 26 de agosto en ella se realiza desplazamiento de los participantes al salon sensorial.luego de ubicarlos y colocar musica intrumental con sonido Reproduciremos diferentes canciones o sonidos característicos para que las personas mayores reconozcan ...

Actividad 5: En la actividad "el efecto de la música"Se tuvo en cuenta el manejo de la respiración, se realizaron unos ejercicios de estiramiento para obtener mayor atención y se eligió una variedad de música adaptada a los gustos y recuerdos de los participantes en donde se incluyeron melodías de épocas pasadas, canciones populares o música clásica. La selección se realizó teniendo en cuenta las preferencias individuales y las necesidades emocionales de cada persona y se les invito a escuchar atentamente la música. Se les animo a cerrar los ojos para concentrarse en los sonidos y las sensaciones que provoca la música.

Actividad 6: La presente actividad se desarrollo el 27 de agosto del 2024, con la actividad denominada "Reconosco los sonidos" alli se convocó a las personas mayores en el salon sensorial de la comunidad, luego se dio inicio con la socializacion del objetivo de la actividad, se les explico que la capacidad de la música para evocar recuerdos es una combinación de asociaciones emocionales, activación cerebral, repetición, y la forma en que la música se entrelaza con nuestras experiencias y nuestra identidad personal. por eso se les indico que a medida que vayan escuchando una cancion deben mencionar si recuerdan quien la canta y como es el nombre de la cancion, asi mismo compartir que recuerdos le trae las diferentes musicas reproducidas durante la actividad.

Actividad 7:Actividad llamada 'ejercitate sin limites' en la cual se inicio con estiramientos estaticos y dinamicos se continuo con una serie de movimientos activos ,coordinados , lentos y controlados con el fin de favorecer el moviento de las articulaciones de miembros superiores e inferiores durante 15 segundos ,se continua con movimientos armonizados acompañados con musica con el fin de activar la musculatura de miembros superiores ,se realiza ejercicios para favorecer el rango de movimiento en el cicloergometro .Hay un incremento progresivo de la intensidad p,a medida que avanza la actividad, se aumenta gradualmente la intensidad y la amplitud de los movimientos, asegurándose de no forzar el cuerpo y de mantener un ritmo cómodo y controlado.

Actividad 8: Actividad realizada en la comunidad de cuidado denominada " marcha terapeutica ". Se comienza con estiramientos en una fase de calentamiento ,luego se continua con activacion muscular mediante ejercicios de movilizaciones articulares,equlibrio estatico y dinamico ,coordinacion y balance ,se maneja la reeducacion en el control de la respiracion, se realiza demabulacion en compañia del profesional de fisioterapia, con el fin de evitar el descondicionamiento fisico y mantener una vejez activa.alentamiento: Antes de iniciar la caminata, se realizo unos minutos de calentamiento ligero para ayudar a preparar los músculos y articulaciones.
Se mantuvo un ritmo cómodo y se recomendo mantener una postura erguida, con la cabeza en posición neutral y los hombros relajados. Los pasos deben ser firmes pero no forzados.

Actividad 9:Actividad 7:Actividad llamada "pedaliando-ando" en la cual se inicio con estiramientos estaticos y dinamicos se continuo con una serie de movimientos activos ,coordinados , lentos y controlados con el fin de favorecer el moviento de las articulaciones de miembros superiores e inferiores durante 15 segundos ,se continua con movimientos armonizados acompañados con musica con el fin de activar la musculatura de miembros superiores ,se realiza ejercicios para favorecer el rango de movimiento en el cicloergometro .Hay un incremento progresivo de la intensidad p,a medida que avanza la actividad, se aumenta gradualmente la intensidad y la amplitud de los movimientos, asegurándose de no forzar el cuerpo y de mantener un ritmo cómodo y controlado.

Actividad 10: Actividad realizada en la comunidad de cuidado denominada "balance y bienestar" En la cual se inicio con estiramientos estaticos y dinamicos se continuo con una serie de movimientos activos ,coordinados , lentos y controlados con el fin de favorecer el moviento de las articulaciones de miembros superiores e inferiores , se continuo con ejercicios en el balon terapeutico con el fin de favorecer la propiocepcion,el balance y el equilibrio estatico y dinamico,se repitio varias veces los ejercicios , se continua con estiramientos estáticos globales y ejercicios de reeducacion respiratoria .

Actividad 11: Para ejecutar esta actividad se invita a las personas mayores a participar de la actividad y se les explica el tipo de estimulo a realizar y si seria de su agrado estimular estos canales receptores, seguido a esto se llevan las personas mayores al salón sensorial y se le pide y apoya en descubrir miembros inferiores y superiores, se inicia con pequeños toques con las pelotas sensoriales, hasta que la persona mayor tolere por completo la sensación, estos movimientos se realizan con pequeñas pausas y preguntando con frecuencia si siente agrado por las sensaciones recibidas.

Actividad 12: Para ejecutar esta actividad se invita a las personas mayores que deseen participar y experimentar sensaciones olfativas, seguido a esto se lleva las personas mayores hacia el salón sensorial, estando allí se les indica que se pasaran unas fragancias las cuales deben reconocer y asociar con elementos de la vida diaria. Para esto se le pide a la persona mayor aproximar a mas o menos 10 cm del frasco y se mantiene por pocos segundos y se retira, se deja un tiempo para que el olor desaparezca y se prueba con otra fragancia.

Actividad 13: Para ejecutar esta actividad se invita a las personas mayores que deseen participar y experimentar sensaciones olfativas, seguido a esto se lleva las personas mayores hacia el salón sensorial, estando allí se les indica que las sensaciones transmitidas serán por una silla con movimientos y que es importante tener en cuenta los efectos de la sensación recibida, se inicia con movimientos suaves y se va aumentando la frecuencia poco a poco hasta que la persona mayor los acepte, finalmente se inicia a bajar los estímulos hasta llegar a cero, se indaga con la persona mayor sobre las sensaciones recibidas.

Actividad 14: Para ejecutar esta actividad se invita a las personas mayores que deseen participar de la actividad la cual consiste en permanecer frente al espejo e identificar sus segmentos corporales y lateralidades y sobre todo la funcionalidad de los mismos, seguido a esto se le dan con frecuencia indicaciones verbales para ejecutar los movimientos, se indaga con la persona mayor sobre la sensación de estar frente al espejo y observar el movimiento con la lateralidad opuesta.

Actividad 15: Nos enfocaremos en la aplicación práctica de cremas hidratantes para el cuidado de la piel. Este segmento de la actividad está diseñado para proporcionar una experiencia relajante y enriquecedora, promoviendo la hidratación y el bienestar de la piel de los adultos mayores. Preparación y Ambiente: Nos aseguraremos de que cada participante esté cómodamente sentado en un entorno tranquilo y bien iluminado, qeu nos lo ofrese el salon sensorial, se proporcionaron toallas limpias y cómodas para apoyar y proteger las áreas de aplicación. La música suave y el aroma a aceites esenciales contribuirán a un ambiente relajado y agradable. Demostración Individualizada: Comenzaremos con una breve demostración de cómo aplicar las cremas hidratantes, destacando la importancia de masajear suavemente la piel para asegurar una absorción adecuada. Cada participante recibirá instrucciones claras y detalladas, adaptadas a sus necesidades individuales. Aplicación Guiada: Los participantes tendrán la oportunidad de aplicar las cremas por sí mismos, con el apoyo de facilitadores disponibles para ayudar en caso de necesidad. Se les animará a tomarse su tiempo y a disfrutar del proceso, enfocándose en cada área de su piel para garantizar una cobertura uniforme. Interacción y Apoyo: Durante la aplicación, se fomentará un diálogo abierto sobre las sensaciones y experiencias de cada uno. Los facilitadores estarán disponibles para responder preguntas, ofrecer consejos adicionales y proporcionar asistencia personalizada. Este es también un momento para compartir y conectar, fortaleciendo el sentido de comunidad. Reflexión y Cierre: Al finalizar la aplicación, se invitará a los participantes a reflexionar sobre la experiencia. Se les animará a compartir cómo se sienten y a discutir cualquier beneficio que hayan notado. Este es un momento para celebrar el cuidado personal y reafirmar el valor de dedicar tiempo a su bienestar. El momento central de la actividad "Amor a Tu Cuerpo" busca no solo hidratar la piel, sino también promover una experiencia de autocuidado integral, reafirmando la importancia de tratarse con amor y atención. Con esta actividad, esperamos que los participantes se sientan renovados y apreciados, llevándose consigo una mayor conciencia y aprecio por su propio cuerpo.

Actividad 16: Se incentiva a las personas mediante sensibilizacion activa para que sean participes en su cuidado a nivel de evitar ulceras por presion y desuso por espasticidad a nivel de extremidades

Actividad 1: En el espacio final de la actividad sensorial , se realiza una charla corta para escuchar las opiniones entorno a la actividad realizada y sus respectivas consideraciones enotrno a los beneficios que se pueden generar en mantenimiento de habilidades visuales y de contraste en tonalidades del color que se persive,, por ultimo se realiza la despedida mediante la dinamica de los abrazos y el reconocimiento al compañero por su presencia y colaboracion, agradecimientos de igual forma a nivel espirituual mediante corta oracion. Se tuvo asistencia de 9 personas mayores y tres como espectadores.

Actividad 2: En el espacio final de la actividad sensorial , se realiza una charla corta para escuchar las opiniones entorno a la actividad realizada y sus respectivas consideraciones enotrno a los beneficios que se pueden generar, por ultimo se realiza la despedida mediante la dinamica de los abrazos y el reconocimiento al compañero por su presencia y colaboracion, agradecimientos de igual forma a nivel espirituual mediante corta oracion. Se tuvo asistencia de 7 personas mayores y tres como espectadores.

Actividad 3: En el espacio final de la actividad sensorial, se realiza una charla corta para escuchar las opiniones en torno a la actividad realizada, y sus respectivas consideraciones entorno a los beneficios que se pueden generar, en la misma línea los participantes debieron contar como sintieron la plastilina y que sentía en las palmas de las manos al modelarla para realizar las diferentes figuras. por último, se realiza la despedida mediante la dinámica de los abrazos y el reconocimiento al compañero por su presencia y colaboración, agradecimientos de igual forma a nivel espiritual mediante corta oración.Se tuvo asistencia de 8 personas mayores y dos como espectadores

Actividad 4: En el espacio final de la actividad sensorial , se realiza una charla corta para escuchar las opiniones entorno a la actividad realizada, y sus respectivas consideraciones enotrno a los beneficios que se pueden generar al escuchar con regularidad audios con sonidos de la naturaleza., por ultimo se realiza la despedida mediante la dinamica de los abrazos y el reconocimiento al compañero or su presencia y colaboracion, agradecimientos de igual forma a nivel espirituual mediante corta oracion.Se tuvo asistencia de 9 personas mayores y tres como espectadores.

Actividad 5: La sesión concluye con un espacio para que los participantes evaluaran la actividad, algunas de las personas mayores con mayor capacidad cognitiva mencionaron sobre lo agradable de la actividad, mencionando que es muy satisfactorio escuchar melodías que les recuerda algunas anécdotas, por otra parte, se les menciono la importancia de vincularse a las actividades y se les extendió la invitación para que participen en futuros encuentros, se concluye con un agradecimiento.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Actividad 6: Finalmente se logro obtener la participacion de las personas mayores, quienes a medida qe escuchaban las canciones anque no mencionaban en algnas ocasiones el nombre de la cancion, recordaban quien las cantaba o viceversa, luego cada uno compartia sus historias de vida que en el momento con ayuda de la musica lograban atraer, se les explico que la capacidad de la música para evocar recuerdos es una combinación de asociaciones emocionales, activación cerebral, repetición, y la forma en que la música se entrelaza con nuestras experiencias y nuestra identidad personal.

Actividad 7:Se agradece a los participantes por su esfuerzo y participación en la actividad. se recomienda seguir participando en las actividades y se motiva a los adultos mayores a mantenerse activos y comprometidos con un estilo de vida saludable y se animan a seguir con la práctica regular de ejercicio físico adaptado a sus necesidades y capacidades. finalmente se ordenó el sitio en donde se realizó la actividad.

Actividad 8:Durante la actividad se evidencio la participación activa por parte de las personas mayores , se cumple con los objetivos y se evidencia fatiga al terminar la actividad,Para finalizar se realiza una retroalimentación con las personas mayores, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades .

Actividad 9:Se agradece a los participantes por su esfuerzo y participación en la actividad. se recomienda seguir participando en las actividades y se motiva a los adultos mayores a mantenerse activos y comprometidos con un estilo de vida saludable y se animan a seguir con la práctica regular de ejercicio físico adaptado a sus necesidades y capacidades. finalmente se ordenó el sitio en donde se realizó la actividad.

Actividad 10:Durante la actividad se evidencio la participación activa por parte de las personas mayores , se cumple con los objetivos y se evidencia fatiga al terminar la actividad,Para finalizar se realiza una retroalimentación con las personas mayores, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades .

Actividad 11: Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional; se recogen materiales dejando el área organizada.

Actividad 12: Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional; se recogen materiales dejando el área organizada.

Actividad 13: Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional; se recogen materiales dejando el área organizada.

Actividad 14: Para finalizar la actividad se realiza una retroalimentación con las 10 personas mayores participantes, sobre la tarea desarrollada, escuchando opiniones y sugerencias sobre la actividad, así mismo se continúa motivando a la vinculación constante en las actividades con componente físico y lúdico, resaltando los beneficios para el desempeño ocupacional en el medio institucional; se recogen materiales dejando el área organizada.

Actividad 15: Para cerrar la actividad "Amor a Tu Cuerpo", que hemos disfrutado juntos, nos enfocaremos en asegurar que cada persona mayor se sienta apreciada y satisfecha con la experiencia. Recapitulación y Agradecimientos: Comenzaremos agradeciendo a cada uno de los participantes por su tiempo y su dedicación a su propio bienestar. Recapitularemos brevemente lo que hemos aprendido y experimentado durante la actividad, resaltando la importancia de la hidratación y el autocuidado para mantener la piel sana y fuerte. Espacio para Compartir Experiencias: Les ofreceremos un espacio para que compartan cómo se sintieron durante la actividad. Este es un momento para que cada persona mayor exprese sus pensamientos y emociones sobre la aplicación de las cremas y cómo ha impactado su bienestar. Fomentaremos un ambiente de empatía y apoyo, valorando cada comentario y experiencia individual. Entrega de Recursos y Materiales: Distribuiremos folletos informativos y recursos adicionales que podrán llevarse a casa. Estos materiales incluirán consejos sobre el cuidado de la piel y la importancia de una rutina regular de hidratación. También les entregaremos pequeños obsequios prácticos, como muestras de cremas o productos adicionales para que continúen su rutina de autocuidado. Momento de Reflexión y Relajación: Cerraremos la actividad con una breve sesión de relajación o una meditación guiada, adaptada especialmente para personas mayores. Esta actividad final ayudará a consolidar el sentimiento de bienestar y a promover una actitud positiva hacia el autocuidado. Despedida y Planificación Futura: Finalmente, ofreceremos una despedida cálida y alentadora, recordándoles la importancia de seguir cuidando su piel y su bienestar en el día a día. También compartiremos información sobre futuras actividades relacionadas con el autocuidado y la salud, invitándolos a participar y a seguir formando parte de nuestra comunidad. El momento final de la actividad "Amor a Tu Cuerpo" está diseñado para reforzar el sentido de auto-aprecio y bienestar en los adultos mayores, asegurando que se sientan valorados y motivados para continuar con prácticas de autocuidado que beneficien su salud y calidad de vida. Queremos que cada participante se lleve consigo una sensación de renovación y satisfacción, reconociendo el valor de dedicarse tiempo y atención a sí mismos.

Actividad 16: para finalizar se puede evidenciar que las personas mayores convocadas se motivan en ser participes en la actividad propuestas y se comprometen a colaborar en durante los cambios de posicion que desde el area de enfermeria le realizan

3.4.RECURSOS

Televisor	Fisioterapeuta
Computador	Terapeuta Ocupacional
Aplicación de youtube	Psicologa
musica variada	Gerontologa
pelotas sensoriales	Jefe de Enfermeria
piscina de pelotas	Trabajadora Social
aceites escenciales	Salon sensorial.
silla de vibracion	
Cinta	
Parlante	
Microfono	

4. EVALUACION DEL ENCUENTRO

Actividad 1: Este tipo de actividad requiere concentración y atención al detalle, lo cual es beneficioso para mantener la agudeza visual y la percepción, de los participantes mayores , se logra la asistencia de 9 personas mayores , quienes mantuvieron el interes y desarrollaron las actividades y ejercicios propuestos durante ella.

Actividad 2: La actividad intenta mejorar de la coordinación ojo-mano: al señalar o marcar los objetos encontrados, los participantes mejoran la coordinación entre lo que ven y cómo responden con sus manos, así mismo el mantenimiento visual que se debe ejercitar para realizar las indicaciones mantuvieron a los participantes alerta y en animo participativo. Se logra participacion de 7 personas mayores.

Actividad 3: Los estimulos que causen reaccion positiva en el estado de animo de las personas mayores , se deben continuar repetir segun habilidades residuales de los participantes,ya que proporcionan sensaciones agradables a los participantes de las sesiones sensoriales. Se conto con la participacionde 9 personas mayores como espectadores.

Actividad 4: Los sonidos en especial los de la naturaleza y en especial los del agua son una manera primaria de expresión y comunicación ya que implica el hecho de escuchar y con esos sonidos busqueda de sesancion de relajacion y bienestar momentaneo agrado a los participantes y manifestaron querer repetir la actividad.Asistieron 8 personas mayores y dos como espectadores parivos.

Actividad 5:Durante el desarrollo de la actividad “el impacto de la música” se logro evidenciar que las personas mayores con mayor deterioro cognitivo lograron expresar por medio de gestos o lagrimas el impacto de la música, otros de los participantes se mostraron alegres, recordaron sus canciones preferidas y acompañaron las melodías con sus cantos, por otra parte, se observo que la actividad despierta gran interés sin importar el nivel cognitivo en el que se encuentren las personas mayores.

Actividad 6: Las personas mayores mostraron gran interes en participar asi como en mencionar que tipo de canciones les gustaba escuchar y cada una de las historias que habian detras de cada una de ellas, desde el area se les continuo motivando a participar de las actividades realizadas en el salon sensorial.

Actividad 10:Las personas mayores mostraron gran interes en participar en la actividad , agradecen el espacio ofrecido de participación, y quedan atentos para proximas actividades

Actividad 8:Se contó con la participación de pocas personas mayores debido al espacio del salon sesnsorial ,sin embrago las actividades son agradables para las personas mayores .Por la condición severa de las personas mayores no logran involucrarse por periodos largos de tiempo.

Actividad 8:Se contó con la participación de pocas personas mayores debido al espacio del salon sesnsorial ,sin embrago las actividades son agradables para las personas mayores .Por la condición severa de las personas mayores no logran

Actividad 10:Las personas mayores mostraron gran interes en participar en la actividad , agradecen el espacio ofrecido de participación, y quedan atentos para proximas actividades

Actividad 11: Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar la en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.

Actividad 12: Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar la en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.

Actividad 13: Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar la en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.

Actividad 14: Para la evaluación del encuentro se realiza una encuesta de forma verbal en el cual se indaga por el gusto hacia la actividad, el interés en seguir participando y los aspectos que puedan mejorarse; así como las sugerencias que puedan tener las personas mayores para llevar acabo esta actividad, al finalizar la en cuenta se evidencia gratificación y satisfacción en el adulto mayor al ser tenido en cuenta para el proceso de desarrollo de actividades.

Actividad 15: Los adultos mayores que participaron en la actividad de autocuidado "Amor a Tu Cuerpo" adquirieron conocimientos valiosos sobre la importancia de mantener su piel íntegra e hidratada. A medida que envejecemos, la piel tiende a deshidratarse con mayor facilidad debido a la disminución de su capacidad para retener humedad, lo que la hace más vulnerable a daños como sequedad, descamación y laceraciones. Durante la actividad, se explicó cómo una hidratación adecuada puede prevenir estos problemas y ayudar a mantener la piel saludable y resistente. Los participantes aprendieron a fortalecer su rutina de autocuidado mediante la aplicación regular de productos hidratantes, lo cual es esencial para preservar la elasticidad y suavidad de la piel. También se discutió la importancia de utilizar productos específicos para mantener la piel libre de malos olores a lo largo del día, garantizando así una mayor comodidad y confianza. Además, se proporcionaron recomendaciones prácticas sobre cómo integrar estas prácticas en su vida diaria, asegurando que los adultos mayores puedan aplicar lo aprendido para mejorar su bienestar general. En resumen, la actividad no solo les enseñó sobre el cuidado de la piel y la hidratación, sino que también les ofreció herramientas útiles para mantener una rutina de autocuidado efectiva, contribuyendo a una mayor salud y confort en su vida cotidiana.

Actividad 16: Para la evaluacion se indaga de forma verbal como les parecio la actividad y si se comprometen a participar en su autocuidado y bienestar

* En constancia a la actividad desarrollada, firman las siguientes personas mayores:

NOMBRE: ARMANDO TORRA
CC: 19215728
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 1

NOMBRE: JOSE MIGUEL FLOREZ
CC: 7560619
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 2

No firma
NOMBRE: CARMEN CALDERON
CC: 41555154
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 3

NOMBRE: LUIS ALBERTO SALAZAR MARIN
CC: 1025868510
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 15

NOMBRE: GLORIA BETTY CORREA
CC: 41629662
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 4

NOMBRE: GUSTAVO CUARTAS CUCALON
CC: 3948924
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 5

NOMBRE: MARIA PEÑA AHUMADA
CC:1814189294
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 6

No firma
NOMBRE:LUIS TORRES LOPEZ
CC:817116256
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 14

NOMBRE:MARIA SILDANA MURCIA SALGADO
CC:41526632
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 7

NOMBRE:MARIA DE JESUS PANQUEBA BARRERA
CC:41578838
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 8

NOMBRE:EDUARDO SANTOS LETRADO CORREDOR
CC:1189323
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 9

No firma
NOMBRE: LUIS ANGEL ESCOBAR
CC:81715962
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 13

No firma
NOMBRE:RAQUEL ROJAS DE CHARRY
CC:28513369
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 10

No firma
NOMBRE: HORTENCIA MORENO CUBILLOS
CC: 20296975
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 11

No firma
NOMBRE:ROSA AUDELINA MENDOZA
CC:39480053
PERSONA MAYOR
ACTIVIDAD 12

YENNIFER TATIANA MURCIA BOLIVAR:
Coordinadora

Fecha de evaluación del encuentro: 29 de agosto de 2024

COMUNIDAD DE CUIDADO SAN JOSÉ
CONVENIO 8136-2024
REGISTRO FOTOGRÁFICO – SENSORIAL PONDERABLE

Actividad 1:

9/8/2024 “Formas y Colores”



Actividad 2:

12/8/2024 “Mantenimiento Visual”



Actividad 3:
22/8/2024 "Plastino Terapia"



Actividad 4:

26/8/2024 “Sonidos Naturales.”



Actividad 5:
9 y 27/08/2024 “ el efecto de la música”



27/08/2024


27 de agosto de 2024 15:40
Boqueron-Fusagasuga
Chinauta
La Serena
Fusagasugá
Cundinamarca

Actividad 6: “Reconozco los sonidos”



Actividad 7:



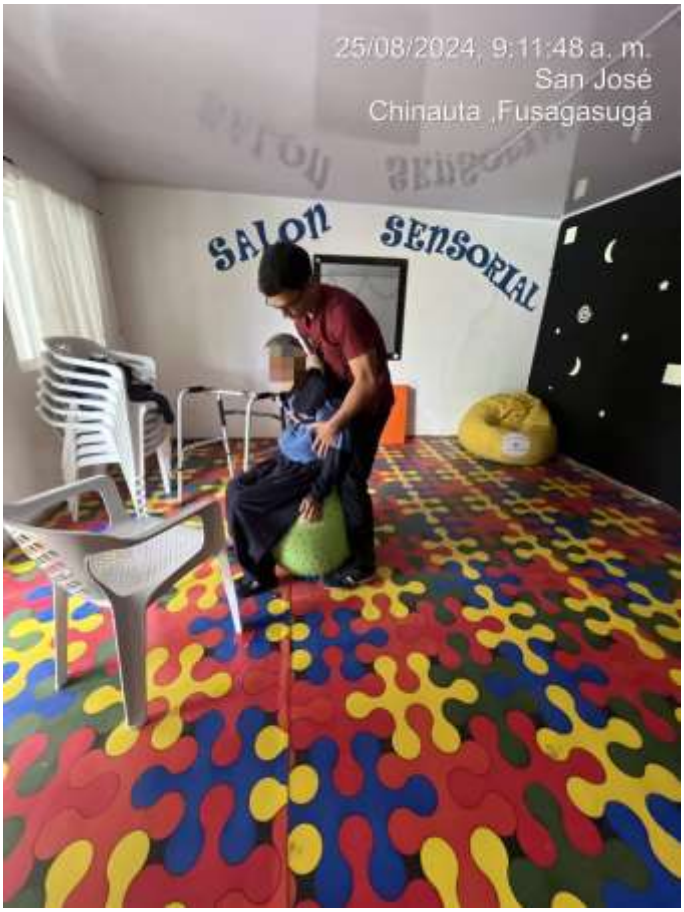
Actividad 8:



Actividad 9:



Actividad 10:



Actividad 11: DISCRIMINACION TÁCTIL DE MANOS Y PIES



Actividad 12:Estimulación olfativa 27/08/2024



Actividad 13: Estimulación propioceptiva 28/08/2024



Actividad 14: Reconocimiento de esquema corporal 29/08/2024



Actividad 15: Amor a tu cuerpo 10/08/2024



Actividad 16: Me cuido 20/08/2024

