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/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

2.1. Fecha de Ejecución:

01	04	2026	al	30	04	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, 8, 9, 11, 16, 18, 19, 20, 23, 25, 28, 29 (3 sesiones) y 30

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Terapia ocupacional:

8 y 20 de abril: Durante el mes se llevaron a cabo sesiones de estimulación sensorial dirigidas a personas mayores que, debido a sus características, requieren ajustes en las actividades y una mayor priorización en este tipo de intervenciones, combinadas con acciones de cuidado. Para ello, se realizó la aplicación de productos y la implementación de técnicas de reflexología facial y craneal, ejecutando movimientos ascendentes orientados al drenaje linfático en pómulos, líneas de comisuras labiales, mejillas,frente, cejas y otras zonas del rostro. Asimismo, se efectuó un masaje en la región craneal con movimientos suaves hacia adelante, hacia atrás y de forma circular. Para finalizar, se realizó un masaje en manos con aplicación de crema exfoliante, motivando a los participantes a ejecutar movimientos de palma con palma, dorso con palma y entrelazado de dedos, mediante técnicas de modelamiento y guía mano sobre mano, con el fin de favorecer la participación activa y la estimulación propioceptiva.

Psicología:

23 y 28 de Abril: Desde el área de psicología se inició una sesión de estimulación sensorial mediante la adecuación previa del entorno, garantizando un espacio seguro, calmado y sin elementos distractores. Se brindó a las personas mayores una explicación clara y accesible sobre el propósito de la actividad, enfocada en promover la relajación, mejorar la atención y fortalecer la percepción sensorial. Posteriormente, se redujo la iluminación del lugar para intensificar la experiencia visual, creando un ambiente adecuado para la estimulación mediante el uso de luces. Durante la actividad, se emplearon estímulos visuales con luces de colores en movimiento, que proyectaban formas dinámicas como círculos, desplazamientos ascendentes y rotaciones.

Enfermeria:
4 de abril: Para esta sesión se ubicaron a las personas mayores en el espacio determinado para la sala sensorial donde se desarrolló actividad de juego mediante fichas para armar figuras en la que se busca reducir el estrés y la tensión muscular, promoviendo la relajación mental y física de cada persona mayor participante.
11 de abril: se desarrollo actividad sensorial con con granos la cual es muy útil en personas mayores porque estimula el tacto, la coordinación, la atención y puede generar bienestar emocional. se ubicaron a 4 personasa mayores a tocar los granos, pasarlos de un recipiente a otro, sentir sus texturas (suave, áspero, frío). Identificación sensorial: Con los ojos cerrados (si es posible), pedir que identifiquen el tipo de grano solo mediante el tacto. Clasificación: Separar los granos por tipo, tamaño o color. Esto estimula la atención y la coordinación.
18 de abril: La estimulación sensorial con loterías (tipo bingo o juegos de imágenes) es una actividad muy efectiva en personas mayores, ya que combina estímulos visuales, auditivos y cognitivos de forma lúdica. Se entrega un cartón a cada participante y se explican las reglas de forma clara y sencilla. Estimulación auditiva y visual: El facilitador saca una tarjeta y: Nombra la imagen (estimulación auditiva), Muestra la imagen (estimulación visual), También puede dar pistas (ej: “es una fruta roja y dulce”). Identificación y asociación:Las personas buscan la imagen en su cartón y la marcan. al finalizar se reconoce la participación más que la competencia, reforzando el logro de todos.

19 de abril: En esta sesion se ubicaron a varias personas mayore enl ea de la sala sensorial en una mesa donde procedio a realoizar acvidad con arina, el objetivo s Estimular los sentidos, especialmente el tacto, promoviendo la relajación, la motricidad fina y la participación activa de la persona mayor. esta favorece la estimulación táctil a través de la manipulación de la harina. ejercita la motricidad fina (amasar, dibujar, esparcir). Promueve la creatividad y la expresión libre. generar sensaciones de calma y bienestar. Desarrollo de la actividad: Preparación: Colocar harina en bandejas individuales o compartidas. Exploración libre: Invitar a tocar la harina, sentir su textura, pasarla entre los dedos. Juego guiado: Dibujar figuras o letras sobre la harina. Hacer caminos o formas con los dedos o utensilios. Formar pequeños montículos o “amasar”. Estimulación cognitiva (opcional): Pedir que escriban su nombre, hagan figuras conocidas o recuerden recetas relacionadas con harina. Cierre: Conversar sobre la experiencia, sensaciones y recuerdos que surgieron.
25 de abril: en esta sesion se ubicaron a varias personas mayores en el area sensorial ubicadas en una mesa y se realizo actividad Relleno de dibujos con bolas de papel kraft, esta estimula la motricidad fina, la coordinación óculo-manual y la percepción sensorial en la persona mayor, favoreciendo además la concentración y la creatividad. Desarrollo de la actividad: Preparación: Entregar a cada persona un dibujo y trozos de papel kraft. Exploración: Invitar a tocar el papel, describir su textura y manipularlo libremente. Elaboración de bolitas: Indicar cómo arrugar el papel formando pequeñas bolas. Relleno del dibujo: Aplicar pegamento en las áreas del dibujo y pegar las bolitas hasta completarlo.Cierre: Observar el resultado final, reforzar positivamente el trabajo realizado y fomentar la expresión de cómo se sintieron.

Fisioterapia:
El día 9 se desarrolló una actividad terapéutica orientada a la relajación, con el propósito de disminuir la tensión muscular y favorecer estados de calma. En este sentido, se implementó la aplicación de almohadillas eléctricas en la región cervical, proporcionando calor local controlado para promover la relajación de la musculatura y mejorar la circulación en la zona. De manera complementaria, se realizaron ejercicios suaves de movilidad articular enfocados en cabeza y miembros superiores, buscando reducir la rigidez. Asimismo, se incluyeron actividades de estimulación táctil mediante el uso de diferentes texturas (finas, gruesas y rugosas), con el objetivo de estimular la sensibilidad superficial. La sesión se fortaleció con la aplicación de masaje craneal utilizando un masajeador tipo “araña”, favoreciendo la relajación. Adicionalmente, el entorno fue cuidadosamente ambientado con aromas suaves, iluminación y música relajante, creando un espacio cálido, tranquilo y acogedor.
La sesión **del día 16** se orientó al fortalecimiento de habilidades motoras finas y gruesas, haciendo énfasis en el agarre, la modulación de la presión, el control del movimiento, la coordinación y la agilidad. Para ello, se implementó una actividad lúdico-terapéutica que consistió en el uso de una red de cintas adheridas a un aro. Durante la actividad, las personas mayores participantes debían adherir pelotas a las cintas y posteriormente retirarlas; de manera complementaria, se utilizó un palo que contaba con cinta en uno de sus extremos, mediante el cual debían atrapar las pelotas y retirarlas de la piscina de pelotas.

Gerontología:

Los dias **29 y 30 de abril** se dispuso un espacio tranquilo, cómodo y libre de distractores, favoreciendo la concentración y la adecuada percepción de los estímulos. Se organizaron los materiales necesarios, incluyendo el dispositivo de reproducción de audio y el libro de imágenes de sombra de objetos, se brindaron indicaciones claras y sencillas a las personas mayores, promoviendo un ambiente de confianza, participación y disposición para la actividad.Posteriormente, se desarrolló una actividad de estimulación sensorial enfocada en la percepción auditiva y la asociación cognitiva. Durante la sesión, a las personas mayores se les presentaron diferentes sonidos previamente seleccionados (como sonidos de la naturaleza, animales y objetos cotidianos), los cuales debían escuchar con atención, incentivando la identificación, discriminación y reconocimiento auditivo.A continuación, se les mostró un libro de imágenes en formato de sombras, en el que debían identificar y relacionar cada sonido con la imagen correspondiente. Esta dinámica favoreció el fortalecimiento de la memoria, la atención sostenida y la capacidad de asociación, estimulando además la evocación de recuerdos y promoviendo la interacción activa entre los participantes.

Nutrición:

29 abril 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: yogurt y crispetas. Una vez ubicada la persona mayor, se brindarán dos tipos de texturas (líquida 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.

29 abril 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: yogurt y crispetas. Una vez ubicada la persona mayor, se brindarán dos tipos de texturas (líquida 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	1 paquete de pañitos humedos de limpieza facial.
Internet	4 sillas plasticas, mesa
Guantes de latex	aros, batones y cinta
Hojas impresas con ejercicios cognitivos.	Luces de colores y proyector de luces
paquetes calientes y manta termica	Alimentos
1 Crema hidratante	Utensilios de cocina
3 libros de texturas.	psina de pelotas
1 crema exfoliante facial día.	texturas (cepillo, guante, algodon, esponjilla)
Masajeadores de cuello y de cabeza	Vibromasajeadores teraputicos
1 mesa pequeña.	2 cajas de Colores
1 talero de loteria	granos (arroz, lenteja y maiz)
1 sert de fichas para armas figuras	10 mascarillas faciales.

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Terapia Ocupacional

8 y 20 de abril: Como resultado de las sesiones de estimulación sensorial, se observaron diversas respuestas en las participantes, las cuales, aunque incluyeron manifestaciones de aceptación y rechazo en algunos casos, evidencian la interacción efectiva con el entorno y la capacidad de respuesta ante los estímulos administrados. Durante la intervención de masajes relajantes, se identificaron signos compatibles con estados de relajación profunda, tales como disminución del tono muscular, expresión facial relajada y, en algunos casos, la conciliación del sueño durante la aplicación de los estímulos. Adicionalmente, se evidenció la presencia de respuestas de intencionalidad motora, particularmente durante la aplicación de productos en miembros superiores, reflejada en la ejecución de movimientos dirigidos y seguimiento de instrucciones, lo cual sugiere preservación de la capacidad de respuesta propioceptiva y sensorial.

Persona mayor: Rosalba Alarcón Vargas CC. 51668899 No firma

Psicología

23 y 28 de abril: Las personas mayores participaron activamente, siguiendo y observando los patrones lumínicos, lo cual contribuyó a la focalización de la atención, el fortalecimiento de la percepción visual y la generación de sensaciones asociadas al bienestar. El proceso fue acompañado con orientación verbal en tono suave, favoreciendo la conexión con la experiencia sensorial y el disfrute del momento.

Persona mayor María Cecilia Pachón cc. 21153559 No firma

Enfermería:
4, 11, 18, 19 Y 25 de Abril: Al finalizar las actividades se logró que todas las personas mayores asistentes realizarán la estimulación mediante reconocimiento de granos identificando su textura (blandas, asperas, suaves y naturales), formacion de figuras o formas con fichas plasticas al igual que estimulacion sensorial con dinamica de juego de loteria y por ultimo sesion de estimulacion sensorial con arina y con bolas papel kraft para rellenar dibujos. 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: Lucia Rojas CC. 53905999 No firma.

Fisioterapia: Estas actividades contribuyeron a generar una experiencia terapéutica integral facilitando la desconexión de factores estresores del entorno, promoviendo sensaciones de confort, tranquilidad y seguridad. Asimismo, se propició un espacio de descanso activo que facilitó la disminución de tensiones musculares y el logro de estados de relajación. Por otra parte, permitió estimular de manera activa habilidades motoras específicas, fortaleciendo la coordinación óculo-manual, la precisión en la ejecución de los movimientos, la adecuada regulación de la fuerza aplicada y el control motor en miembros superiores, contribuyendo al mantenimiento de la funcionalidad.

Persona mayor: Rosa Pulodo CC. 52286664, No firma.

Gerontología: Se logró fortalecer la percepción auditiva, la atención y la memoria de las personas mayores mediante la identificación de sonidos y su asociación con imágenes, evidenciando una participación activa y un adecuado nivel de concentración.

Persona Mayor:blanca Carreño 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 abril se estimuló la textura líquida y crocante en un preparaciones como yogurt y crispetas, las personas mayores muestraron mucho interes y agrado por la actividad realizada, teniendo muy buena aceptación.

Persona Mayor: Antonia Castiblanco CC: 53905809 No firma
Persona mayor: Gloria Inés Garzón CC: 52212992 No firma

Fecha de evaluación del encuentro: 30/04/2026

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: María Gilma Castro Castro

Sor Ma Gilma C.

SE ANEXA EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

Nota: Estos registros fotográficos reposan en el Drive de la Comunidad de Cuidado

Terapia Ocupacional:





Psicología:





Enfermería:


sábado, 4 de abril de 2026 16:11:12




18/04/2026 9:53:40 a. m.
294° NW


25 abr 2026 15:50:08
4791 Camino El Recreo
Cajicá
Cundinamarca


19 abr. 2026 10:13:50
4791 Camino El Recreo
Altitud:2581.2msnm

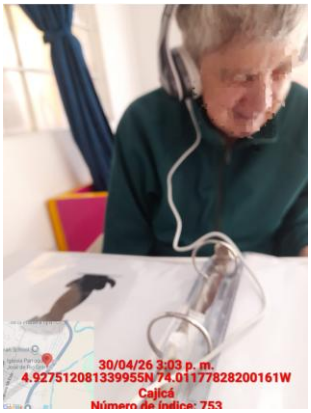
Fisioterapia:



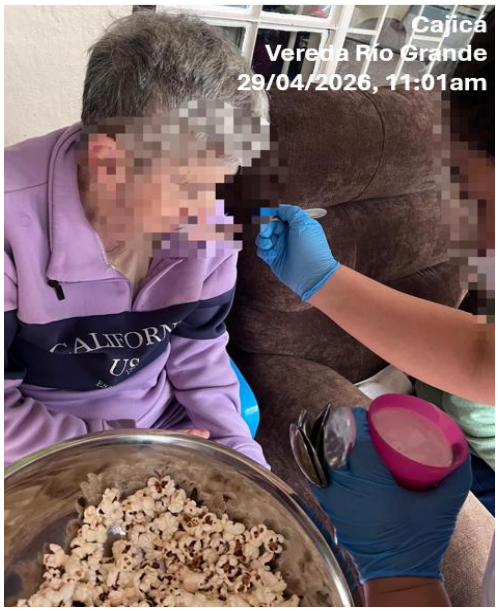


Gerontología:





Nutrición:





*nota aclaratoria " el registro fotografico original reposa en el drive de la comunidad de cuidado