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: Comunidad de Cuidado La Mesa

1.2 Localidad: La Mesa Cundinamarca

2. Linea: No Aplica

2.1. Fecha de Ejecución:

3	4	2023	al	24	4	2023

2.2. Nombre del encuentro: Actividad Ocupacional Adicional

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Luz Adriana Cardenas Cuervo

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Promover con las personas mayores, espacios de relajación y estimulación multisensorial que les permita el mantenimiento de la salud física, cognitiva, emocional y mental.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

• Estimular la generación de pensamientos positivos, mediante sesiones de relajación o estimulación que permita mantener estados de animo de bienestar y satisfacción personal.

• Mantener en las personas mayores espacios de interacción, que les permita disfrutar de sensaciones de tranquilidad y regocijo, mediante actividades de relajación.

3.3. METODOLOGÍA

Se realizará convocatoria de las personas mayores para actividad ocupacional adicional, donde se ejecutara por medio de encuentros o sesiones basados en la aplicación de terapias complementarias como musicoterapia, aromaterapia, terapia de contacto y relajación, estas intervenciones van enfocadas hacia la liberación de tensiones emocionales por medio de la relajación o estimulación multisensorial, donde se generara la participación activa de las personas mayores y a su vez se dará respuesta a sus necesidades enfocadas a nivel emocional, mental y físico, por lo tanto dentro de esta actividad, se dispondrán de los siguientes días 03,10,13,17,20 y 24 de abril, en el horario de 9:30 am a 11:30 am.

Teniendo el cuenta el desarrollo de las sesiones ejecutadas en el mes de abril de 2023, se dispone en cada una de ellas la utilización de elementos diferentes sean cremas, aceites, incienso etc, al igual tanto los horarios como las técnicas implementadas de terapias complementarias sensoriales, por tanto según fecha de la sesión a continuación se explica el desarrollo de la actividad:

03/04/2023: Se realiza sesiones durante la mañana en el horario de 9:30 am a 11:30 am, con la asistencia en total de 19 personas mayores, donde se ambienta el lugar con música romántica generando estimulo auditivo y a nivel sensorial se aromatiza con incienso de canela, desde el área de psicología, se procede a socializar con las personas mayores la actividad de terapias complementarias , que consistirá en generar hidratación en piel con masaje relajante en miembros superiores e inferiores, utilizando crema humectante mezclada con aceite de argán, extractos naturales, vitamina E y filtro solar, generando un aroma del gusto y satisfacción de las personas mayores.

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**10/04/2023:** En las sesiones ejecutadas con los dos grupos se realiza proceso de hidratación en piel, con masaje relajante en miembros superiores e inferiores, con atención personalizada a cada una de las personas mayores teniendo en total 19 participantes, la actividad se lleva a cabo en el horario de 9:30 am a 11:30 am, iniciando con la ambientación del lugar con incienso de canela, se ubican a las personas de forma cómoda en silla, se procede a socializar la actividad, manifestando que en la sesión con cada grupo se realizara la hidratación de piel con crema corporal y aceite con argán, extractos naturales, aguacate, vitamina E y filtro solar, adicional de estimular la fase auditiva con música instrumental por medio de la musicoterapia. **13/04/2023:** Se realiza sesión con dos grupos de personas mayores en el horario de 9:30 am a 11:30 am, con la participación de 39 personas mayores, iniciando con la ambientación del lugar con música variada e incienso de flores, se ubican a las personas de forma cómoda en silla, desde el área de psicología con apoyo de fisioterapia, se procede a socializar la actividad que cosiste en exfoliación en rostro, utilizando crema exfoliante con extractos frutales de durazno, maracuyá y café, retirando el producto con pañuelos húmedos, con posterior aplicación de protector solar, previniendo el riesgo de irritación de la piel de las personas mayores, desde el inicio los participantes reflejan actitudes de colaboración, alegría y empatía. **17/04/2023:** La sesión inicia con el primer grupo en el horario de 9:30 am, posterior a la merienda se continua con el segundo grupo y se culmina a las 11:30 am, con la asistencia en total de 23 personas mayores, propiciando la ambientación del lugar con música romántica, se utilizó baritas de incienso de coco, se ubican a las personas de forma cómoda en silla, desde el área de psicología con apoyo de auxiliar de enfermería, se procede a socializar con las personas mayores la sesión, que consistirá en realizar hidratación en piel con masaje relajante y movilización articular, utilizando crema humectante y aceite con argán, extractos naturales, vitamina E y filtro solar. **20/04/2023:** La sesión inicia a las 10:30 am culminando a las 11:30 am, con la asistencia de 11 personas mayores, se realiza la ambientación del lugar utilizando incienso de canela, se ubican a las personas de forma cómoda en silla, desde el área de psicología con apoyo de fisioterapia, se procede a explicar la actividad, que consistirá en realizar exfoliación del rostro utilizando crema exfoliante con extractos frutales de fresa, maracuyá y café, desde el inicio los participantes reflejan el interés para vincularse de la sesión, identificando en ellos el reconocimiento y emotividad por la sesión de la cual cada uno disfrutara a plenitud. **24/04/2023:** Las sesiones ejecutadas se desarrollan a partir de las 9:30 am y finaliza a las 10:30 am, donde se conto con la participación de 7 personas mayores, generando la ambientación del lugar con música instrumental andina, adicional de aromaterapia con la utilización de baritas de incienso de sándalo, se ubican a las personas de forma cómoda en silla, desde el área de psicología , se procede a explicar la sesión, que consistirá en realizar hidratación en piel con masaje relajante y movilización articular, utilizando crema humectante y aceite con argán, extractos naturales, vitamina E y filtro solar.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	**03/04/2023:** En la sesión ejecutada se logro generar en las personas de los dos grupos participantes, sensaciones de alegría, tranquilidad y sobre todo de mejoría en la textura, permeabilidad de la piel, generando en las personas mayores actitudes de satisfacción al percibir frescura y suavidad en la piel de miembros superiores e inferiores, en estas sesiones varias de los asistentes expresaron de forma verbal gusto por sentir ante el contacto físico la temperatura (calienticas) de las manos de la profesional en sus extremidades, evidenciando en las personas mayores emociones de gusto y tranquilidad permitiendo el contacto físico en algunos solicitan sea mas prolongado, adicional que logran reconocer los aromas a los que son expuestos durante la actividad, promoviendo en ellos su activación sensorial y a su vez la relajación tanto a nivel corporal como emocional. **10/04/2023:** En las sesiones realizadas se genero la hidratación de la piel de brazos y piernas, evidenciando en el grupo participante sensaciones de agrado al igual que al estimular el contacto con sus brazos y piernas percibieron temperatura agradable de calor y a su vez evidenciaron cambios como mayor hidratación, tono de piel diferente, a si como otra textura de la piel, observando disminución de la resequedad y fragilidad, la exposición a diversos estímulos como lo fue la aromaterapia y musicoterapia permitieron resultados positivos enfocados a la relajación corporal y emocional de las personas mayores participantes, en general se identifica que las personas mayores asimilan y reconocen las sesiones de terapias complementarias con emotividad, gusto, satisfacción y disposición permitiendo con tranquilidad el contacto físico en su parte corporal, a su vez que este incide de forma positiva provocando sensaciones de descanso por medio del sueño profundo generado durante la sesión. **13/04/2023:** En la sesión ejecutada se logro obtener en las dos sesiones la buena disposición, estado de animo y empatía de las personas mayores, generando en los participantes tolerancia ante la actividad de exfoliación tanto de rostro, miembros superiores e inferiores, teniendo en cuenta que este tipo de sesiones generan un impacto positivo en la textura de la piel de las personas mayores, puesto que ayudan a desprender las células muertas del rostro, eliminar las impurezas y estimular la producción del colágeno, permitiendo evidenciar al final una textura mas suave y radiante de la piel de las diferentes zonas donde se aplico, adicional del aroma a frutas que fue del total gusto de los participantes. **17/04/2023:** En la sesiones ejecutadas de hidratación en piel y movilización de miembros superiores e inferiores, evidenciando en las personas participantes sensaciones de relajación, tranquilidad y emotividad, donde disfrutaron de la sesión reflejando su gusto por medio de manifestaciones verbales y otros de forma gestual, a su vez esta actividad genero estados de regulación emocional denotando en ellos sensaciones de tranquilidad, descanso y tolerancia ante los estímulos recibidos táctiles, auditivos y olfativos, refiriendo que los aromas y masajes

	eran agradables y de su gusto, al igual que las notas musicales, sin ninguna persona mayor mostrar actitudes negativas o de disgusto. **20/04/2023:** Durante la ejecución de la sesión se evidencio en el grupo en general sensaciones de entusiasmo y alegría para vincularse ante la actividad de hidratación, manifestando que el aroma y la experiencia de haber disfrutado de la actividad les genero alegría y descanso, evidenciando en el total de los participantes actitudes de tolerancia ante contacto físico y satisfacción al percibir aromas agradables tanto del incienso como de la crema aceite hidratante, al igual que esta actividad genera un impacto positivo en el área personal, donde lograron experimentar sensaciones sensoriales que les transmite tranquilidad y regocijo. **24/04/2023:** En las sesiones se realizo hidratación de la piel de miembros superiores e inferiores, evidenciando en las personas mayores sensaciones de agrado y serenidad, gracias a los estímulos físicos, auditivos y olfativos se genero actitudes de tranquilidad mejorando la canalización de emociones negativas, evidenciando regulación actitudinal y adecuados estados de animo, por lo tanto con la población en general se reconoció tanto de forma verbal como gestual la manera de como percibieron en su piel mayor suavidad e hidratación en su piel disminuyendo la resequedad, de igual forma la exposición a diversos estímulos como lo fueron la musicoterapia y aromaterapia generando resultados positivos en las personas mayores participantes.
3.3.3. MOMENTO FINAL	**03/04/2023:** De igual forma algunos de los asistentes manifestaron tanto de forma gestual como verbal la satisfacción de la sesión de terapias complementarias, teniendo un impacto positivo en la fase psicoafectiva de las personas mayores participantes, a su vez con la hidratación en piel se evidencio mayor humectación y suavidad en la misma mejorando su aspecto a nivel físico, generando en ellos sensaciones de alegría y motivación. **10/04/2023:** Se culminan las sesiones con las actitudes positivas de los participantes quienes a pesar de no generar opiniones verbales fluidas, dan a conocer su satisfacción, al igual que esta actividad no solo aporta para la parte corporal de las personas mayores sino que incide de forma positiva en su fase mental, emocional y actitudinal, adicional de evidenciar en la piel de las personas participante texturas de suavidad y mayor hidratación. **13/04/2023:** Al finalizar la actividad de exfoliación se identifico por parte las personas mayores participantes su agrado y satisfacción manifestándolo de manera verbal o gestual, evidenciando mayor tolerancia a los tiempos de la actividad y paciencia respetando su turno, permitiendo que continúen disfrutando de las sesiones de relajación y reflejando gran disposición frente al contacto físico, en general el grupo en los espacios dispuestos disfruto logrando mantener estados de animo positivos y actitudes de continuo gusto y satisfacción. **17/04/2023:** La sesión fue de su total agrado y satisfacción donde de forma gestual y verbal manifestaron su agradecimiento, evidenciando en los participantes sensaciones de felicidad, relajación y lograron estados de tranquilidad que conllevaron a estados de animo positivos y el mantener actitudes de cordialidad y regocijo, por lo tanto este espacio les genero estabilidad en su fase psicoafectiva sin presentarse ninguna alteración comportamental durante la sesión realizada. **20/04/2023:** Se evidencio en el grupo participante disposición, actitudes positivas aceptando con gusto la actividad dispuesta, donde la reconocen y experimentan sensaciones de relajación y descanso que los motiva a mantener estabilidad en su estado de animo, sobre todo agradecen y manifiestan tanto de forma verbal como gestual el cambio que perciben en su piel y fase psicoafectiva, puesto que al ser expuestos a estímulos sensoriales logran canalizar sus emociones negativas y así mantener la estabilidad en su desarrollo de las competencias emocionales tanto a nivel personal como social. **24/04/2023:** En el grupo en general se identificaron actitudes positivas, que les permitieron disfrutar de la sesión de hidratación, donde a partir de las sensaciones experimentadas como relajación, descanso, tranquilidad y alegría, mejoraron su canalización de energías, permitiendo mantener comportamientos adecuados y tolerancia tanto al contacto físico como de tiempo de la actividad.

3.4.RECURSOS

* Bafles
* Televisor
* Música instrumental y Variada (CD - USB)
* Crema Hidratante
* Aceite con Argán, extractos naturales, vitamina E y filtro solar
* Crema exfoliante con extractos frutales de durazno, maracuyá y café
* Baritas de incienso diversos aromas
* Mesas
* Sillas

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Durante el mes de abril de 2023, se logro la participación en promedio de 50 personas mayores, quienes durante la ejecución de las diversas sesiones de terapias complementarias como la musicoterapia, aromaterapia y relajación, fueron manifestando de forma permanente sensaciones de alegría, entusiasmo y tranquilidad, generando resultados positivos como alivio de la tensión muscular y conseguir un estado mental de relajación y bienestar mental, priorizando en las personas mayores las manipulaciones y contactos suaves, las sesiones ejecutadas durante el mes beneficiaron tanto la permeabilidad como textura de la piel, como a los músculos, sistema nervioso y respiratorio e influyo directamente en el estado de ánimo de las personas mayores.

JUAN AMADO / CC: 17112011: _____

ANUNCIACIÓN QUINTANA / CC: 23358269: _____

ABEL EMILIO ARANGO / CC: 8308140 : _____

Fecha de evaluación del encuentro: 24/04/2023

Nombre del profesional que evalúa: LUZ ADRIANA CARDENAS CUERVO / PSICOLOGA FIRMA: _____

COORDINADORA: MARIA DEL PILAR GARCIA GALVIS FIRMA: _____

ANEXO REGISTRO FOTOGRAFICO










13 abr. 2023 9:54:23 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
La Mesa Cundinamarca
13 abr. 2023 10:09:18 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
La Mesa Cundinamarca
13 abr. 2023 10:34:16 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
La Mesa Cundinamarca
13 abr. 2023 10:34:30 a. m.
La Mesa
Cundinamarca


13 abr. 2023 10:45:55 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
La Mesa Cundinamarca
13 abr. 2023 10:54:46 a.
La Me
Cundinamar
La Mesa Cundinamar
13 abr. 2023 11:11:00 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
La Mesa Cundinamarca
13 abr. 2023 11:03:22 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
La Mesa Cundinamarca


17 abr. 2023 9:42:45 a. m.
La Mesa Cundinamarca
17 abr. 2023 9:43:05 a. m.
La Mesa Cundinamarca
17 abr. 2023 10:0
La Mesa Cund
17 abr. 2023 10:08:07 a. m.
La Mesa Cundinamarca


17 abr. 2023 10:42:56 a. m.
La Mesa Cundinamarca
17 abr. 2023 10:47:38 a. m.
La Mesa Cundinamarca
17 abr. 2023 11:19:39 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
17 abr. 2023 11:04:41 a. m.
La Mesa Cundinamarca


24 abr. 2023 9:47:58 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
24 abr. 2023 10:04:33 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
24 abr. 2023 10:33:40 a. m.
La Mesa
Cundinamarca
24 abr. 2023 10:17:28 a. m.
La Mesa
Cundinamarca