APOYO A LA GESTIÓN PARA LA EJECUCIÓN DE ACCIONES DE RECUPERACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL DE LA POBLACIÓN ADULTO MAYOR EN LAS COMUNIDADES Y CENTROS DE VIDA

CD-08-2021-3934

TERCER INFORME DE GESTIÓN
DEL 1 AL 31 DE OCTUBRE DE 2021

SECRETARÍA DISTRITAL DE GESTIÓN SOCIAL

PROGRAMA ADULTO MAYOR

OCTUBRE 31 DE 2021

1. INTRODUCCIÓN

El rango de edad en la cual comienza la vejez la sociedad generalmente lo asocia con temas como la jubilación y/o pensión del Estado por culminación de acciones laborales, actividad que normalmente pasa alrededor de los 65 años, siendo esto un punto de partida para denotar el incremento notorio de la población Adulta Mayor en todo el mundo; el incremento de los índices de personas que alcanzan el proceso natural de envejecimiento es consecuencia de varios factores como lo son el aumento de la esperanza de vida, la disminución de la fecundidad y los avances médicos.[1]

La Organización Mundial de la Salud, (2015) estima que "para el 2050 la proporción de personas mayores de 60 años será del 22% en comparación con el 11% actual lo que, traducido en números absolutos, el grupo de personas mayores pasará a ser de 605 millones a 2000 millones".[2] En Colombia específicamente el número total de los adultos mayores de 65 y más años es de 3 millones, en una población total de 45 millones y medio. (Profamilia,2015)[3]

Basados en las estadísticas anteriores y teniendo claro que la esperanza de vida de este grupo poblacional se incrementa considerablemente con el paso de los años, es importante mencionar que durante este proceso natural (envejecimiento) se producen cambios fisiológicos, psicológicos, físicos y sociales que serán progresivos dependiendo del estilo de vida de la persona y que se asocian directamente a la probabilidad de padecer alteraciones del estado nutricional, si no se garantizan los cuidados propios de la salud que prevengan y/o mantengan controlada la enfermedades crónicas prevalentes en esta edad.

La malnutrición se refiere al estado nutricional no adecuado debido al consumo de un plan alimentario que no garantice los nutrientes necesarios para el manteamiento de las personas, o la incapacidad de usar plenamente los alimentos ingeridos

debido a la presencia de alguna alteración de su organismo, motivos suficientes para deducir que este grupo poblacional es uno de los más vulnerables cuando se trata de salud nutricional y alimentaria.

El programa Adulto Mayor de la Secretaria Distrital de Gestión Social del Distrito Especial, Industrial y Portuario de Barranquilla con el apoyo de la Fundación 2030 ejecuta el proyecto Recuperación y Seguimiento Nutricional en población Adulto Mayor en las comunidades y Centros de Vida, con la finalidad de garantizar el acompañamiento por parte del equipo interdisciplinario, el cual a través de la atención grupal y/o personalizada y cumpliendo con todos los protocolos de bioseguridad realizaran actividades físico-recreativas, -físico-terapéuticas, psico-educativas que influyen en los cambios de hábitos y patrones conductuales que contribuyen a mejorar el estado nutricional a su vez son ejes transversales que se trabajan paralelamente con las acciones en nutrición y salud desarrolladas (orientaciones, diagnósticos, talleres) y que finalmente todas están encaminadas a contribuir en el mejoramiento de la calidad de vida de los Adultos Mayores participantes.

2. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Apoyar a la gestión para ejecución de acciones de recuperación y seguimiento nutricional de la población de adulto mayor en las comunidades y en los centros de vida.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Apoyar a la Gestión de la Secretaría Distrital de Gestión Social en la socialización a los adultos mayores del objetivo y beneficios que obtendrán al participar en el proyecto.

- Apoyar en la identificación y selección de adultos mayores beneficiarios del proyecto Centro de Vida y comunidad atendidos por la Secretaria de Gestión Social que presenten un estado nutricional de desnutrición o déficit de peso según su diagnóstico nutricional.

- Acompañar en la sensibilización de los adultos mayores seleccionados de las actividades del proyecto para adquirir compromisos en la participación activa y generar un impacto significativo en su estado nutricional.

- Apoyar en el suministro periódico del complemento nutricional que permita mantener los niveles adecuados de macronutrientes y micronutrientes, y por lo tanto conseguir un mayor bienestar y calidad de vida para los adultos mayores con déficit de peso.

- Acompañar a la Secretaría Distrital de Gestión Social en la realización de talleres que promuevan estilos de vida saludables, previniendo enfermedades nutricionales y ayude a una recuperación en el estado nutricional de los beneficiados del proyecto mediante la intervención de un equipo interdisciplinario

- Realizar acompañamiento al Programa Adulto Mayor de la Secretaria Distrital de Gestión Social en el tamizaje final a través de toma de medidas antropométricas para diagnosticar a través del índice de masa corporal el impacto en el estado nutricional de los adultos mayores beneficiarios del proyecto.

- Apoyar en la realización de informes periódicos y final para documentar en cada componente las actividades, avances y logros durante el periodo de ejecución del proyecto.

3. EJECUCIÓN DEL PROYECTO

3.1 POBLACIÓN OBJETO

Se desarrollaron acciones enfocadas en el incremento de la cobertura total de los beneficiarios, llegando a **1000 Adultos Mayores**, que cumplen con los criterios de ingreso en el proyecto, las siguientes fueran las acciones:

- Abordaje a la Población beneficiaria en la modalidad de Centros de Vida a tu Casa en las comunidades de Pinar del Rio, Malvinas y Villa Caracas, así como aquellos que ingresan a esta modalidad en otros barrios de la ciudad.

- Abordaje inmediato a beneficiarios en la modalidad de Centros de Vida al Parque con la apertura de estos nuevos centros.

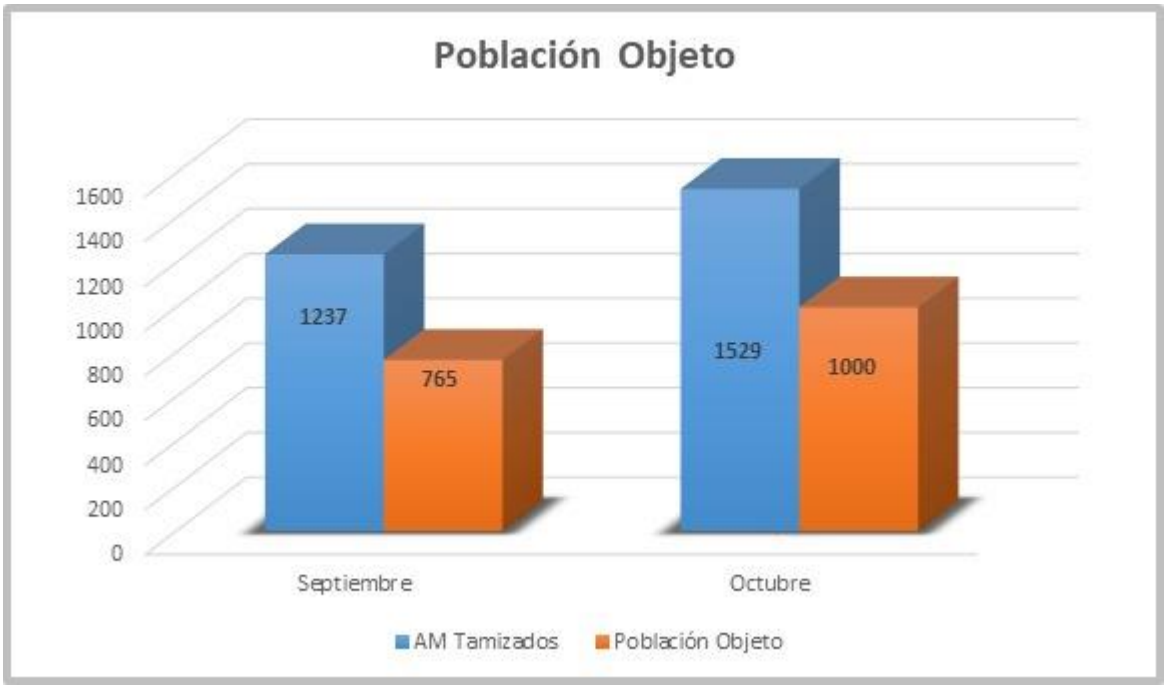
Los beneficiaros residen y participan en las diferentes modalidades de los Centros de Vida ubicados en las cinco (5) localidades del Distrito Especial, Industrial y Portuario de Barranquilla, incluyendo los corregimientos de Juan Mina, Eduardo Santos - La Playa y La Vereda Las Nubes.

En la tabla No.1 se relacionan los beneficiarios directos que son atendidos hasta el momento por el equipo de Recuperación y Seguimiento Nutricional.

BENEFICIARIOS	DIRECTOS
Participantes de Centros de Vida y comunidad atendida por el Programa Adulto Mayor de la Secretaria de Gestión Social	**1000**

Tabla N°1. Adultos Mayores beneficiarios en el proyecto

En la gráfica N°1 se relaciona el avance mes a mes de la selección de los Adultos Mayores en el proyecto.



Gráfica N°1. Adultos Mayores beneficiarios en el proyecto

En la gráfica anterior se observa el crecimiento de población beneficiaria del proyecto; logrando de esta forma evidenciar los avances en relación al mes de septiembre, pasando de un cubrimiento del ***76.5% (765 AM) a la meta establecida (1000 adultos mayores)*** a través de la vinculación de ***235*** en el mes de octubre que representan el ***23.5%*** restantes para alcanzar la cobertura total de la población objeto.

3.2 UBICACIÓN

Los beneficiarios del proyecto se encuentran ubicados en ***las (5) localidades de la ciudad de Barranquilla***, los corregimientos de Juan Mina, Eduardo Santos- La Playa- y La Vereda Las Nubes, abordando así enfoque territoriales rurales y urbanos

a través de la intervención por parte del equipo interdisciplinario en los 24 Centros de Vida, 60 Centros de ida al Parque y 4 comunidades en Centros de Vida a tu Casa.

En la tabla No.2 se relacionan las localidades y los diferentes puntos de atención del Proyecto Centros de Vida.

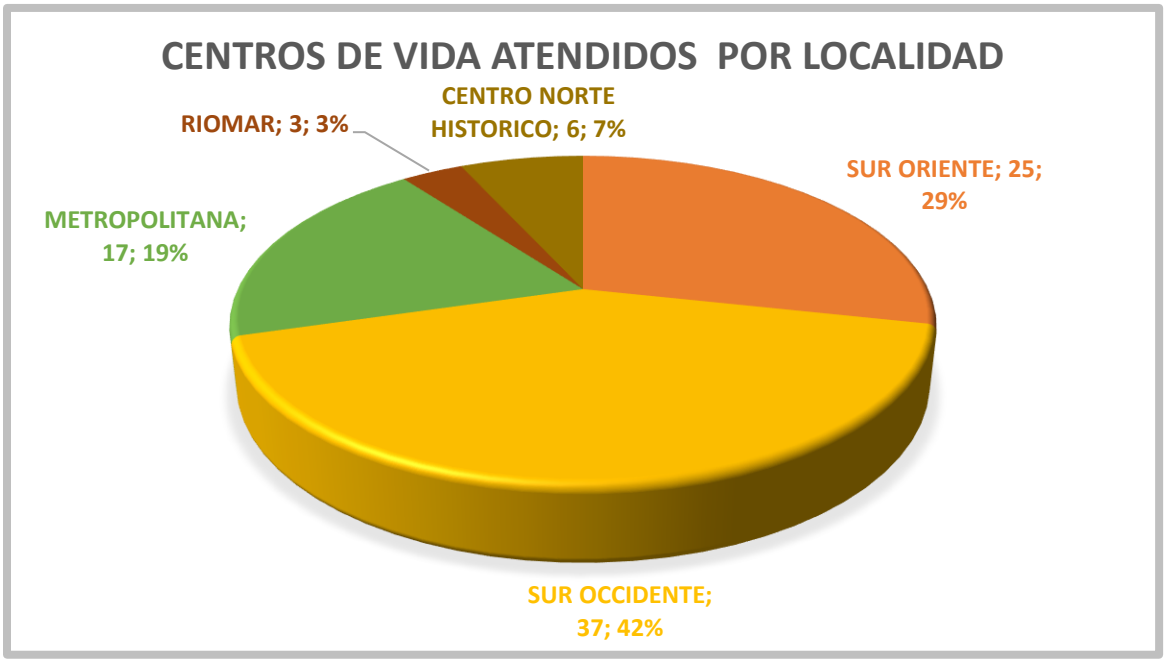
Localidad	Centros de Vida	Centros de Vida al Parque	Centros de Vida a Tu Casa
Metropolitana (17 centros)	Carrizal Conidec La Sierra La Sierrita San Luis	Parque Felfle Parque Golda Meir Parque La Virgencita Parque Las Américas Parque Los Girasoles Parque Pica piedras Parque Salcedo Tramo I Parque San Luis Parque Santa María Parque Santo Domingo de Guzmán Parque Villa San Carlos Parque Virgen del Carmen	NA
Norte-Centro Histórico (5 centros y una Vereda)	N/A	Parque Barlovento Parque Barrio Abajo Parque Betania Parque Cisneros Parque Montecristo	Vereda Las Nubes
Rio mar (3 centros)	Las Flores San Salvador	Parque Adelita de Char	
Suroccidente (34 centros y 3 barrios)	Bajo Valle Buena Esperanza Carlos Meisel El Bosque El Pueblo Juan Mina La Manga La Paz Los Olivos Sourdis	Parque Bicentenario Parque Ciudad Modesto Parque El Edén Parque El Pueblo Parque El Silencio Parque La Bombonera Parque La Bonga Parque La Esmeralda Parque La Pradera Parque La Sierrita Parque Las Malvinas Parque Las Tres Canchas Parque Los Andes	Barrios Las Malvinas, Cuchilla de Villate y Pinar del Rio

Localidad	Centros de Vida	Centros de Vida al Parque	Centros de Vida a Tu Casa
		Parque Los Ángeles Parque Los Olivos I Parque Olaya Herrera Parque Roberto Flaco Meléndez Parque San Felipe Parque San Isidro Parque San Pio Parque Santo Domingo Sabio Parque Villa San Pedro I Parque Villas De San Pablo Parque Santo Domingo Sabio	
Suroriente (25 centros)	Bella Arena La Chinita La Luz-Chinita Las Nieves Rebolo San Roque Simón Bolívar	Parque Almendra Parque Buenos Aires Parque El Campito Parque El Limón Parque Jardín Botánico Parque La Victoria Parque Las Dunas Parque Las Nieves Parque Las Palmas Parque Los Canosos Parque Los Laureles Parque María Auxiliadora Parque Moderno Parque Pasadena Parque San Francisco Parque San José Parque Santa Helena Parque Universal Segunda Etapa	

Tabla N°2: Adultos Mayores atendidos por localidad según la modalidad.

Por otra parte, en la siguiente gráfica se observa como la prevalencia de beneficiarios se encuentra focalizada en las localidades Suroccidente con 42% de representación y Suroriente 29%, cifras que se asocian a las marcadas condiciones de vulnerabilidad socioeconómica que condiciona la garantía de un adecuado estado nutricional en los barrios de estos sectores; a su vez puede evidenciarse en las localidades Metropolitana el 19% , Norte Centro Histórico 7% y Riomar 3% casos considerables para el acompañamiento del proyecto en proporciones

inferiores a las dos localidades mencionadas inicialmente, pero que son representativas para la evaluación de la situación nutricional y alimentaria de la población objeto.



Gráfica N°2. Centros de vida en Modalidad de atención por localidad

4. DESCRIPCIÓN DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO

La atención brindada en las acciones de Recuperación y Seguimiento Nutricional de la población Adulta Mayor en las comunidades y Centros de Vida de la Secretaria de Gestión Social con el apoyo de la Fundación 2030 busca mejorar la situación de salud nutricional de esta población específica a través de un proceso integral, continuo y transversal de diferentes ciencias de la salud; logrando así el abordaje de los beneficiarios los cuales participan en actividades de selección, jornadas de socialización y sensibilización, tamizaje inicial y final, diagnósticos nutricionales (Valoración Nutricional) talleres en áreas de Nutrición, Salud Física y Psicología y entrega de complementos nutricionales elaborados a base de proteína aislada de

soja, aceites vegetales de palma, enriquecido con vitaminas y minerales.

A continuación, se detallará el que hacer de cada componente:

- ***Socialización:*** actividad donde se da a conocer el objetivo, beneficios y la importancia del desarrollo del proyecto.
- ***Selección de beneficiarios****: p*rocedimiento de selección de candidatos con características de disminución de peso corporal a través del tamizaje nutricional.
- ***Sensibilización:*** actividad en la cual se da conocer la importancia de cada acción del proyecto y el compromiso que los adultos mayores deben cumplir en el desarrollo de las mismas.
- ***Diagnostico Nutricional Inicial:*** proceso en el cual se identifican factores físicos, psicológicos y alimentarios que permitirán emitir recomendaciones personalizadas para mejorar la situación nutricional***.***
- ***Complemento Nutricional:*** suministro de producto alimentario enriquecido con micronutrientes, utilizado con intencionalidad de completar el cubrimiento de las necesidades calóricas propias del adulto mayor.
- ***Educación en Hábitos Saludables:*** formación y acompañamiento orientado en acciones nutricionales que promuevan la recuperación nutricional e involucren la funcionalidad de las dimensiones físicas, mentales y sociales del adulto mayor.
- ***Diagnóstico Nutricional Final:*** procedimiento que determina la evolución del estado nutricional y de salud, midiendo la incidencia del consumo de complemento nutricional y el acompañamiento multidisciplinar en el cambio de hábitos y estilos de vida saludables.
- ***Documentación y Avances:*** soporte documental de las acciones desarrolladas en los diferentes componentes del proyecto.

Es importante mencionar que, a pesar del aval por parte del Estado en el desarrollo de algunas actividades a nivel poblacional, el país continuó en estado de emergencia a causa del Covid-19, por lo cual para el desarrollo de las actividades y el cumplimiento de las metas establecidas se han realizado las acciones seguimiento de los protocolos necesarios para contribuir a la disminución y/o mitigación de contagios en el Adulto Mayor y el equipo interdisciplinario.

5. COMPONENTES Y EJES ESTRATEGICOS

5.1 SOCIALIZACIÓN DEL PROYECTO

Con las acciones ejecutadas para alcanzar el cubrimiento de la cobertura establecida, se continuaron realizando charlas de socialización del proyecto permitiendo comunicarles a los posibles candidatos las generalidades puntuales y los beneficios que implica el participar en las acciones desarrolladas en el proyecto.

La socialización de las actividades de Recuperación y Seguimiento Nutricional las efectuó la Secretaría de Gestión en apoyo de la Fundación 2030, a través de la interacción del Equipo de Nutrición, el cual brindó, la información necesaria para resaltar la incidencia de la alimentación saludable en el mantenimiento y/o mejoramiento de la salud nutricional y bienestar integral en esta etapa del ciclo de la vida, específicamente a los Adultos Mayores con alteraciones nutricionales asociadas a la pérdida significativa de peso corporal.

El desarrollo de estos espacios permitió el primer contacto oportuno con los participantes; los cuales se comprometen con el cumplimiento de los deberes establecidos en el proyecto para el goce oportuno de los derechos a los cuales tienen acceso al ser beneficiarios, lo que será el punto de partida para continuar

desarrollando espacios de promoción de hábitos y estilos de vida saludables que contribuyan al disfrute de un envejecimiento activo y por consiguiente al goce de una calidad de vida.

A la fecha se desarrolló la socialización a los Adultos Mayores seleccionados, datos relacionados en la tabla N°3, para un cumplimiento del 100% sobre la meta establecida.

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE DE GESTIÓN	% DE CUMPLIMIENTO
Socialización al inicio del proyecto	# Adultos mayores participando los espacios de socialización personalizada	**1000**	**1000**	**100%**

Tabla N° 3. Resultados socializaciones al inicio de proyecto

5.2 SELECCIÓN DE BENEFICIARIOS

La Secretaria de Gestión Social con el acompañamiento de la Fundación 2030 continuó con el análisis situacional de los beneficiarios del programa Adulto Mayor, en los nuevos puntos de atención en Centros de Vida al Parque y se abordó la modalidad Centros de Vida a tu Casa, se logró ampliar el número de los candidatos preseleccionados con afecciones asociada a malnutrición por déficit para ser tamizados y definir su participación en el proyecto, esta condición patológica resulta de una alimentación insuficiente y/o de una débil o nula asimilación de nutrientes, lo que implica la aparición de pérdida de peso corporal, disminución de la masa y función muscular y que a su vez se asocia a la reducción de la inmunodeficiencia de este grupo poblacional.[4]

Habiendo identificado Adultos Mayores con estas condiciones iniciales el Equipo

de Nutrición, a través de la toma de mediciones antropométricas como peso, talla (estatura) o la estimación de estas medidas (altura de rodilla, circunferencia de la pantorrilla y circunferencia braquial) en los casos en que se presenten limitaciones físicas, realizó el ejercicio de triaje y/o tamizaje nutricional para establecer y/o precisar la magnitud de la malnutrición que presentan los participantes.

Para la realización de este procedimiento (Tamizaje Nutricional) los profesionales de Nutrición se apoyaron en el uso de los equipos antropométricos (balanza digital, tallimetro, cinta métrica), lo que permitió garantizar la veracidad de los datos antropométricos obtenidos; los cuales fueron debidamente analizados y formulados en las relaciones pertinentes (peso/talla(2) para establecer el Índice de Masa Corporal (IMC) de cada Adulto Mayor, parámetro de clasificación nutricional que es considerado en el proyecto como la variable clave para definir, seleccionar y hacer los acompañamientos al proceso de Recuperación y Seguimiento Nutricional de los Adultos Mayores seleccionados.

Cabe resaltar que estos resultados asociados a la variable del IMC, dependiendo del rango de diferencia entre las medidas corporales emitirán clasificaciones nutricionales, las cuales en el caso de este proyecto tuvieron como punto de corte y referencia las emitidas por la Sociedad Europea de Nutrición Clínica y Metabolismo, ellas son: Desnutrición Severa (inferiores al IMC 16kg/^{m2}) Desnutrición Moderada (relacionadas en el rango de 16 a 16.9 kg/m²) Desnutrición Leve (se incluyen rangos entre 17 a 18,4 kg/m²) y Peso Insuficiente (IMC con rangos de 18.5 a 22 kg/m²), dichas clasificaciones nutricionales presentan signos clínicos y conductas alimentarias particulares que serán identificadas al momento de las valoraciones nutricionales, mediante acciones como la exploración física y anamnesis alimentaria.

Teniendo claro que la malnutrición es un problema sanitario, en general se busca

descubrir y analizar los factores de riesgo y proponer medidas apropiadas que puedan contribuir a mejorar la salud de las personas, en el proyecto se logran identificar los adultos mayores con este tipo de déficits nutricional, a través de la realización del tamizaje nutricional a **1.529 beneficiarios** de los Centros de Vida en sus diferentes modalidades, los cuales presentaron clasificación nutricional adecuada y estadios de malnutrición por disminución de necesidades nutricionales establecidas para este grupo poblacional por el Instituto Colombino de Bienestar Familiar (ICBF).

Al tener la población seleccionada y dar a conocer la importancia de este procedimiento (tamizaje nutricional) y posterior emisión del diagnóstico oportuno en el proceso de Recuperación y Seguimiento Nutricional, los Adultos Mayores, toman conciencia de la importancia de la nutrición en sus vidas, ya que por su rango de edades una inadecuada situación nutricional afecta de forma negativa el mantenimiento de la funcionalidad (física y /o cognitiva), la sensación de bienestar y en general la calidad de vida.

En la Tabla N°4 se indica los resultados encontrados en el proceso de tamizaje nutricional, evidenciando la prevalencia de la malnutrición por de déficits.

TAMIZAJE INICIAL	N ° DE ADULTOS MAYORES	PORCENTAJE
Peso Insuficiente	721	47%
Desnutrición Leve	173	11%
Desnutrición Moderada	72	5%
Desnutrición Severa	64	4%
Normal	499	33%
Total	**1529**	**100%**

Tabla N°4. Adultos Mayores con Tamizaje Nutricional inicial.

Teniendo en consideración lo antes mencionado, podemos observar que a la fecha el porcentaje más representativo de los diagnósticos nutricionales es el Peso Insuficiente con un 47% (721 Adultos Mayores), seguido de Desnutrición Leve con un 11% (173 Adultos Mayores), Desnutrición Moderada con un 5% (72 Adultos Mayores) y Desnutrición Severa con un 4% (64 Adultos Mayores); para un total de 1.030 adulto mayores que cumplen con los requisitos de ingreso al proyecto; de los cuales y en cumplimiento con la meta se seleccionaron los 1000 adultos mayores en los estadios mas avanzados de desnutrición (severa, moderada y leve). Finalmente es importante mencionar que en este proceso de tamizaje nutricional se evidenciaron diagnósticos de normalidad en participantes de los Centros de Vida con un porcentaje del 33% (499 Adultos Mayores) los cuales hicieron parte del proceso inicial para la preselección de candidatos del proyecto.A continuación, en la tabla No.5 se reflejan los avances y resultados alcanzados en la identificación y selección de los beneficiarios mediante tamizaje, análisis y participación activa de los adultos mayores.

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE DE GESTIÓN	% DE CUMPLIMIENTO
Tamizaje nutricional	# Adultos mayores tamizados inicialmente	**1200**	**1529**	**127%**
Análisis y Selección de adultos mayores	# Adultos mayores seleccionados	**1000**	**1000**	**100%**
Participantes en el proyecto	# Adultos mayores participando en las actividades del proyecto	**1000**	**1000**	**100%**

Tabla N° 5. Resultados identificación y selección de participantes

5.3 SENSIBILIZACIÓN

La ejecución de este indicador se realizó a través de charlas con los Adultos Mayores con la intencionalidad de garantizar la participación activa de los beneficiarios en las actividades que se efectuarán; a su vez se establecen con el

propósito de promover el compromiso y el sentido de pertenencia de los mismos.

Estas jornadas de sensibilización desarrolladas por el equipo interdisciplinario se realizan de forma continua desde el inicio y hasta el final de la ejecución, para contribuir a que los participantes conozcan la importancia de cada actividad y por consiguiente estén abiertos a las recomendaciones emitidas por cada perfil profesional, dicha actividad está orientada a que el proceso de Recuperación y Seguimiento Nutricional, genere un impacto significativo en la salud alimentaria y nutricional de los beneficiarios, lo cual incide directamente en el cambio de hábitos y estilos de vida saludable durante su vida.

Estas jornadas de motivación, se efectuaron de forma permanente a los Adultos Mayores en temas asociados a la corresponsabilidad en el cumplimiento del objetivo principal de este proyecto, el cual se enfoca en el apoyo de las acciones para el mantenimiento y/o mejoría del estado nutricional de la población objeto.

A la fecha el equipo de profesionales desarrolla 4 jornadas en relación a las actividades ejecutadas según los componentes y/o indicadores, en este periodo se ampliaron las jornadas cubriendo las temáticas correspondientes a las jornadas 2,3 y 4, de la siguiente forma:

- **Jornada 1: Tamizaje Nutricional Inicial**, primera jornada de sensibilización que se efectuó con los participantes, cuya intencionalidad principal es despertar el interés en los Adultos Mayores sobre la importancia del tamizaje nutricional para así poder obtener la información suficiente que permite la realización de la posterior actividad de valoración y diagnóstico nutricional; es importante mencionar que en este grupo etario el deterioro del estado nutricional afecta de forma negativa el mantenimiento de la funcionalidad (física y /o cognitiva), la sensación de bienestar y en general la calidad de vida, situación que condiciona

el envejecimiento activo de este grupo poblacional y que son los puntos de interés principales en esta jornada.

- **Jornada 2: Diagnostico Nutricional**, en el desarrollo de esta jornada se despertó el interés de los participantes en la importancia de llevar un control oportuno de la salud nutricional en esta etapa de la vida, para lo cual se hace necesario la identificación a tiempo de los patrones alimentarios, síntomas gastrointestinales, anamnesis alimentaria y antecedentes personales y familiares, para así con la orientación del profesional adecuado guiar un re-aprendizaje que incluya la adquisición de hábitos alimentarios saludables que contribuyan al mejoramiento de la situación nutricional y alimentaria de la población objeto.

- **Jornada 3: Entrega de complementos** en el desarrollo de esta actividad se promovió el sentido de pertenencia del Adulto Mayor para consigo mismo, motivándolo al uso oportuno del producto alimentario enriquecido a base de proteína y micronutrientes suministrado de forma periódica en el proyecto. Es importante mencionar que en esta jornada se establecieron los compromisos mínimos del Adulto Mayor para la entrega del complemento, haciendo énfasis en variables como percepción del gusto, preparación oportuna y consumo adecuado del mismo.

- **Jornada 4: Educación en Hábitos Saludables,** se orientó principalmente en las acciones de impacto, el interés y la percepción de los Adultos Mayores participantes de cada una de los talleres desarrollados en los distintos ejes estratégicos.

Logrando de esta forma incentivar a la población beneficiaria en la toma de consciencia de la importancia de la alimentación en el proceso normativo de envejecimiento, y de cómo aspectos de la salud mental y física son necesarios

para continuar promoviendo siempre en el Adulto Mayor patrones alimentarios saludables; recordando siempre que el ejercicio físico y la prevención de afecciones mentales están ligados directamente a conductas de alimentación saludable, puesto que estos son pilares fundamentales a nivel individual y poblacional para el goce del bienestar integral y la ausencia de comorbilidades que entorpecen el proceso de ganancia ponderal de peso y por consiguiente de resultados oportunos en la Recuperación Nutricional del adulto mayor.

En este periodo se ampliaron las jornadas de sensibilización desde cada temática, lográndose un avance **del 64%,** este dato es proporcional a los adultos mayores atendidos en cada jornada de sensibilización. En la tabla N°6 se indican los resultados en cumplimiento.

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE DE GESTIÓN	% DE CUMPLIMIENTO
Sensibilización adultos mayores	# Adultos mayores participando en las jornadas de sensibilización del proyecto	**1000**	**1000**	**100%**

Tabla N°6. Resultados Adultos mayores en jornadas de sensibilizaciones

5.4 DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL INICIAL.

La actividad de valoración nutricional consiste en determinar el nivel de salud y bienestar del Adulto Mayor desde el punto de vista nutricional. Siendo una herramienta básica para determinar en qué estado nutricional se encuentra el Adulto Mayor, lo que permite hacer un buen diagnóstico y manejo requerido enfocado en las recomendaciones necesarias a entregar.

En el desarrollo de esta actividad se tienen en cuenta los factores económicos y de riesgo que más influyen en los hábitos alimentarios del Adulto Mayor, con base

en ello el objetivo principal en la emisión de diagnósticos nutricionales es contribuir al mejoramiento de la situación alimentaria a través de pautas y recomendaciones dadas a los Adultos Mayores ajustadas a sus condiciones de alimentación individuales, hábitos, preferencias, condiciones socioeconómicas y el contexto familiar que pueden estar afectando el consumo diario de algunos alimentos y que inciden directamente en su estado nutricional.

A partir de esta valoración se puede diseñar un tratamiento con recomendaciones nutricionales que ayude como prevención y/o seguimiento de cada caso.

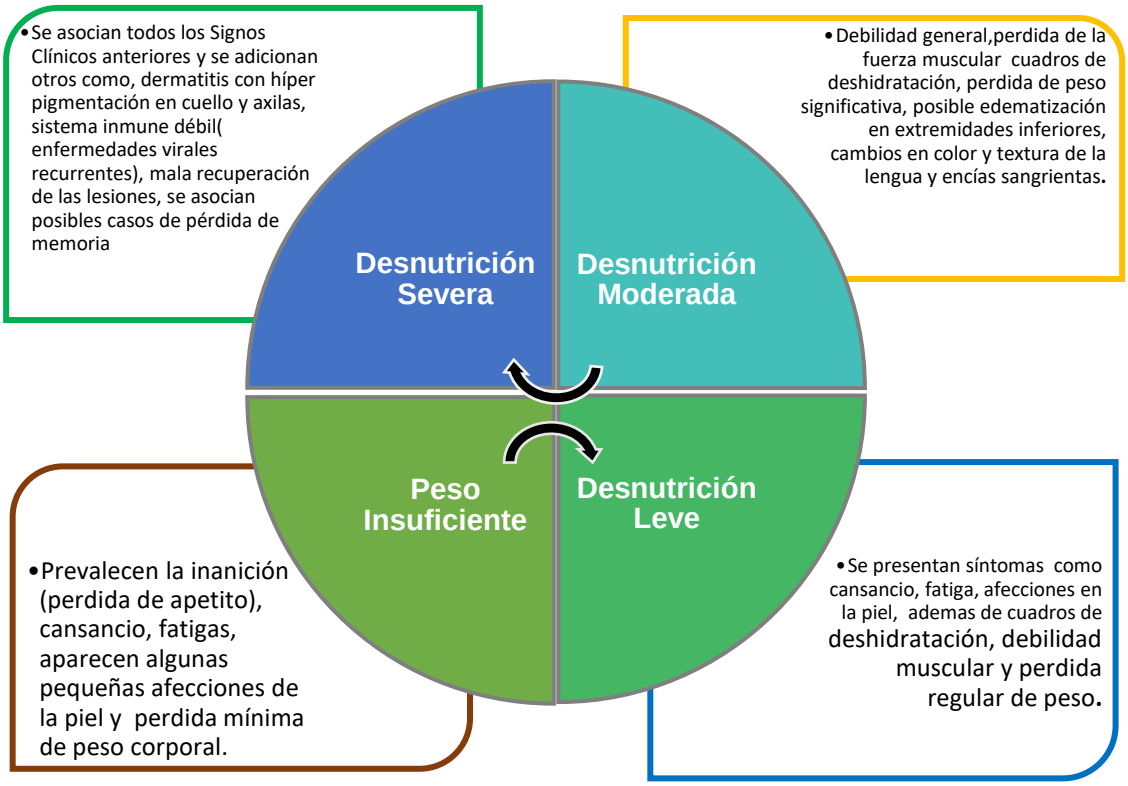
Este proyecto realiza una orientación nutricional completa e individualizada en la cual además de emitir diagnósticos nutricionales asociados a ámbitos como antropometría (toma de medidas), alimentación (anamnesis alimentaria), y la situación clínica actual (signos clínicos y patologías diagnosticadas), se evalúa el estado corporal y nutricional del Adulto Mayor; identificando así las características clínicas, físicas, conductuales y epidemiológicas asociadas a los problemas de mal nutrición de este grupo etario.

Lo anterior permitió determinar y a su vez diagnosticar los posibles riesgos de salud asociados directamente a la situación nutricional actual del Adulto Mayor, esto fue socializado a través de las recomendaciones pertinentes asociadas al tipo de déficit calórico en el que encuentran los beneficiarios; dejando la claridad que estos estadios de déficit se relacionan directamente con la inanición, enfermedades con mayor recurrencia en esta etapa del ciclo vital y que pueden aparecer de forma individual o en conjunto, lo que hace necesario la utilización de herramientas como observación directa y la entrevista clínico-nutricional para la identificación de la presencia de signos clínicos y sintomatología médica asociada a los diferentes tipos de desnutrición.

De los resultados encontrados en las valoraciones realizadas por el equipo de Nutrición se resalta que la situación nutricional y alimentaria de los Adultos Mayores

valorados a la fecha se encuentra afectada en uno o más de los ejes de Seguridad Alimentaria (disponibilidad, acceso, consumo de alimentos, aprovechamiento biológico e inocuidad de alimentos) puesto que se evidenció en algunos participantes condiciones de vulnerabilidad que inciden en su salud nutricional, sumado a esto se observó la presencia de signos clínicos asociados a cada una de las clasificaciones nutricionales encontradas en el proceso de selección de beneficiarios, esta sintomatología clínica en los casos de disminución de peso corporal se hizo visible y fue sin lugar a duda el punto de partida para el establecimiento de las sugerencias y/o recomendaciones emitidas en cada intervención individual y asesoría colectiva desarrollada con la población objeto

En la figura N°1 se relacionan los diagnósticos nutricionales de la población beneficiaria y los signos clínicos asociados a ellos.



Grafica N°3. Signos clínicos de la malnutrición en Adultos Mayores

Como se observa en la Gráfica N°3 la presencia de esta sintomatología clínica puede mejorar o desmejorar, lo cual impacta directamente en el cambio de la clasificación nutricional de los Adultos Mayores, situación que se relaciona con los cuidados alimentarios, nutricionales y en salud general de los participantes.

Durante el periodo la Secretaria de Gestión Social realizó en el mes de octubre 574 valoraciones nutricionales, apoyando su gestión en el acompañamiento de la Fundación 2030, en las cuales además de brindar asesoría nutricional y alimentaria ajustada las necesidades propias de cada Adulto Mayor, se crearon los espacios propicios con los beneficiarios para la promoción de una alimentación completa, equilibrada, suficiente y adecuada a las características fisiológicas, conductuales y nutricionales de este grupo poblacional, asociadas a los diagnósticos de enfermedades crónicas no transmisibles (diabetes, insuficiencia renal, hipertensión, artrosis), patrones alimentarios, culturales y contexto económico y socio familiar de los Adultos Mayores.

5.5 COMPLEMENTO NUTRICIONAL

La función de los complementos nutricionales es proteger al cuerpo contra el déficit de vitaminas, minerales, proteínas, calorías y algunos otros nutrientes, lo cual aparece por una dieta desequilibrada y no acorde con las necesidades de este grupo poblacional, los productos alimentarios pueden ejercer un efecto positivo en reserva fisiológica que se refleja en la dimensión física, pues proveen los nutrientes necesarios para las células, órganos y sistemas del organismo.

Es importante dejar claro que este tipo de alimento a pesar de contener nutrientes que son beneficiosos para el organismo de ninguna manera están formulados para sustituir la ingesta normal de la alimentación, por el contrario, ellos son un apoyo en los casos necesarios, para el cubrimiento calórico requerido.

En el proyecto de Recuperación y Seguimiento Nutricional de la Secretaria de Gestión Social del Distrito a través de las acciones de apoyo de la Fundación 2030, se le suministra periódicamente a cada Adulto Mayor su complemento Nutricional BEST SURE FORTE de 400 gramos, alimento en consistencia en polvo, a base de proteína aislada de soya, aceite vegetal de palma, maltodextrina, Fructooligosacaridos, enriquecido con vitaminas y minerales, con presentaciones de sabores banano, fresa y vainilla.

Teniendo seleccionado el producto y cumpliendo con los procesos de transporte (maletines con medidas y condiciones externas e internas acordes para garantizar la vida útil complemento), almacenamiento y control de este producto alimentario (espacios de bodega libres de humedad y con la ventilación e iluminación necesarias para preservar el producto) en las instalaciones; se procedió a la elaboración de las rutas de entrega de suplemento en los diferentes puntos de atención de los Centros de Vida localizados en las cinco localidades de la ciudad e incluyendo a su vez los corregimientos de Eduardo Santos -La Playa- y Juan Mina; y la Vereda Las Nubes.

Se ha logrado la entrega de **1.652 unidades** a **825 Adultos Mayores,** información que se relaciona en la tabla N°7.

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE DE GESTIÓN	% DE CUMPLIMIENTO
Suministro complemento nutricional	# Adultos mayores que reciben el complemento nutricional	**1000**	**825**	**82.6%**

Tabla N°7. Resultados adultos mayores recibiendo complementos

5.6 EDUCACIÓN EN HÁBITOS SALUDABLES

Realizar actividades de educación y promoción de hábitos alimentarios y estilos de vida saludable es un reto, sin embargo, a través de las estrategias pertinentes y con

el uso de las herramientas necesarias el equipo interdisciplinario de este proyecto diseña y crea los espacios de aprendizaje idóneos que contribuyen a despertar el interés de adquirir nuevos conocimientos en la población adulta mayor que permitan garantizar la disposición y compromisos de los participantes en cambiar patrones alimentarios y hábitos de vida para abonar al proceso de Recuperación y Seguimiento Nutricional.

Para la implementación en el diario vivir de los participantes, las formaciones se realizan por cada disciplina de la salud que incide directamente en el estado nutricional de la población beneficiaria.

5.5.1 Eje Estratégico1. Educación desde el área nutricional:

En Colombia las personas mayores de 60 años en áreas rurales y urbanas con limitaciones marcadas al acceso de servicios de salud presentan mayor déficit nutricional; a su vez tienen acceso a una dieta desbalanceada con mayor consumo de carbohidratos, bajo consumo de frutas y verduras e insuficiente actividad física. Situaciones que muestran claramente la necesidad de desarrollar actividades de educación nutricional en este grupo poblacional, puesto que su cultura alimentaria, su nivel económico y sociodemográfico, condicionan la adquisición de hábitos alimentarios y estilos de vida que fomente un adecuado estado de salud

Siendo la alimentación el factor determinante para mantener la salud, todas las alteraciones que en ella se presenten originan cambios en el organismo que pueden afectar su funcionamiento, es por ello que el principal objetivo de las formaciones de este eje estratégico es promover la implementación y/o adquisición de hábitos alimentarios saludables en la población Adulta Mayor a través de la identificación de patrones y técnicas inadecuadas en la preparación, frecuencia , cantidades y consumo de alimentos; contribuyendo de esta forma a un mejor aprovechamiento biológico del contenido de los macro y micronutrientes

esenciales que le aporta la alimentación a las personas mayores de 60 años.

En el eje estratégico de educación nutricional a la fecha se han desarrollado dos temáticas las cuales son:

- **Taller N°1: Alimentación Saludable.**

  La ejecución de este taller formativo buscó promover la adquisición de hábitos alimentarios saludables y reforzar la oportuna preparación del complemento nutricional entregado. Como estrategia para el desarrollo de esta temática se implementó la dinámica “El Twister de la Alimentación” en la cual los participantes asociaron alimentos por colores y formas para la conformación de un plato saludable, cada color del twister se reemplazó con un producto alimentario. A su vez se usó el juego de agilidad mental “Concéntrese” para la identificación oportuna de los pasos adecuados para la preparación del complemento nutricional.

  Durante el desarrollo de la actividad los beneficiarios participaron activamente, mostrando interés en las imágenes, dinámicas y socialización de la temática implementada, puesto que se les hizo muy sencillo interiorizar los aprendizajes asociados a la alimentación adecuada para la edad de este grupo poblacional. Al finalizar la actividad los Adultos mayores reconocieron la importancia de los hábitos alimentarios adecuados para la promoción de la salud nutricional y a su vez aprendieron consejos prácticos para preparar y consumir de la forma correcta el complemento nutricional.

En total participaron en este taller **375 adultos mayores**.

- **Taller N°2: El Reloj de la Alimentación.**

El objetivo principal de esta temática fue la promoción en la organización e implementación de horarios de la alimentación consumida diariamente por el Adulto Mayor, para así contribuir a la prevención de enfermedades digestivas como (gastritis, acidez, intolerancias).

Para la realización de este taller formativo se utilizó como ayuda pedagógica el juego del "NutriClock", el cual consiste en invitar a un Adulto Mayor participante a escoger un número del 1 al 6 (Relacionados en referencia al reloj), una vez escogido dicho número, se procede a realizar la pregunta relacionada en el segmento donde el Adulto Mayor participante deberá responder Falso O Verdadero, siendo estas las preguntas:

1. ¿Los Jugos Verdes Sustituyen El Desayuno?
2. ¿Tomar Agua Entre Las Comidas Engorda?
3. ¿Es Necesario Pasar Hambre Para Bajar De Peso?
4. ¿Saltarse La Cena Podría Ser Beneficioso Para Nutrición?
5. ¿No hay que comer pan, pasta y arroz si se quiere adelgazar?
6. ¿Es malo comer entre comidas?

Posterior a ello el encargado de la actividad, socializó, las respuestas y vivencias con relación al aspecto tratado.

Durante la realización de la temática los Adultos Mayores intervinieron en el juego para dar sus ideas e incluso aportar conocimientos basados en las experiencias y hábitos alimentarios que han tenido toda su vida, lo cual convirtió el desarrollo de la actividad en un espacio para compartir ideas significativas encaminadas a la mejoría de la salud nutricional de los beneficiarios y contribuyeron a la toma de consciencia

sobre la importancia de la selección, horarios, distribución y consumo oportuno de todos los grupos de alimentos en su alimentación diaria.

En cuanto a esta temática participaron **294 adultos mayores**.

5.5.2 Eje Estratégico 2. Educación desde el área psicosocial.

El envejecimiento es un proceso normal que hace parte del desarrollo humano y trae consigo la aparición e incluso aumento de las afecciones psicológicas y/o psíquicas, como demencias, enfermedad senil, depresión, ansiedad entre otras situaciones que son consideradas por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como los problemas más importantes a enfrentar en el ares de la salud mental a futuro.[5]

Teniendo en cuenta que la salud mental y emocional se convirtieron en las dimensiones del bienestar integral del Adulto Mayor más afectadas en relación a todos los aspectos presentados por la aparición de la pandemia por Covid -19 y que la propagación de esta afección viral también condicionó la dimensión nutricional.;claramente las dimensiones psicosocial y nutricional se relacionan recíprocamente , es decir, lo que comemos y cómo comemos influye en el bienestar emocional y psicológico, mientras que los desórdenes o afecciones emocionales que inciden en la personalidad pueden manifestarse en forma de un trastorno de conducta alimentaria, situaciones que influyen directamente la clasificación nutricional de la población Adulta Mayor

Como se menciona anteriormente esta relación entre la salud mental y nutricional es tan estrecha que condiciona la ganancia de peso de este grupo poblacional, puesto que las graves afectaciones de las funciones ejecutivas, pérdida de memoria e inestabilidades emocionales frecuentes en este rango de edad condicionan el consumo de alimentos y por consiguiente el aprovechamiento de nutrientes que sin lugar a duda es lo que permite la adquisición de un estado nutricional adecuado.

En este eje estratégico se desarrolló la siguiente temática:

- **Taller N° 1 Alimenta tu cuerpo, alimenta tu mente.**

La realización de este taller formativo tuvo como objetivo principal sensibilizar al Adulto Mayor sobre la importancia de la buena alimentación para un mejor desarrollo de las funciones ejecutivas, a través del uso de una metodología deductiva el profesional presentó conceptos teóricos relacionados con la importancia de la alimentación en la salud mental y los Adultos Mayores llevaron a cabo acciones donde se evidenciará la importancia de tener estilos de vida saludable, para esto se desarrollaron dos actividades:

1. ”**El baile de la araña cha cha cha”:** en la cual los Adultos Mayores debían imitar una canción y las acciones realizadas por la profesional en psicología
2. **“Muévete con las frutas y verduras”:** en la cual los participantes debían escuchar unas indicaciones e ir moviéndose de un lugar a otro teniendo en cuenta dónde se encontraban las frutas y verduras; Por ejemplo, si la profesional mencionaba la fruta manzana, los Adultos Mayores debían ubicarse en el cuadrante donde estaba la manzana.

Durante la ejecución del taller, los beneficiarios recibieron instrucciones, para tomar decisiones, planear, ejecutar, revisar y regular, actividades mentales propias de las funciones ejecutivas, esto con el propósito de que los participantes identificaron estas funciones y reconocieran la importancia que estas tienen en su vida cotidiana.

Al culminar la temática se logra por medio de estas dinámicas que los Adultos Mayores reconozcan la importancia de tener una buena alimentación en relación con la salud mental, así mismo se promueve el compromiso de seguir desarrollando ejercicios en casa que ayuden a preservar el funcionamiento cognitivo de cada uno de ellos sin presentar inconvenientes en su vida cotidiana.

En este taller participaron un total de **494 Adultos mayores**.

5.5.3 Eje Estratégico 3. Educación desde el área de salud física.

Las investigaciones científicas mostradas por la literatura en el tema mencionan la importancia de la salud física en el envejecimiento para contribuir a la protección del daño que puede asociarse a la aparición por enfermedades crónicas, dicha protección se da a través de la mejoría de la fuerza muscular, coordinación y equilibrio, lo que contribuye a acortar el tiempo de deterioro físico asociado a los diagnósticos médicos.

Un estilo de vida activo asociado a una alimentación saludable contribuye a la nula probabilidad de aparición de sedentarismo en este grupo poblacional, lo que influye directamente en el retardo de dependencia total de las personas mayores de 60 años.

En aras de promover la prolongación de la independencia y la salud física de los participantes del proyecto se desarrollaron dos talleres teórico-prácticos, los cuales se relacionan a continuación:

Taller N°1: Nutriendo los Músculos nos Preparamos Para una Vida Activa

El principal enfoque de esa actividad formativa está orientado a mejorar la calidad de vida de la población Adulta Mayor, promoviendo la actividad física como pilar fundamental para mantener la independencia en sus actividades de la vida diaria

Para el desarrollo de esta actividad se les explicó a los adultos mayores la importancia de una alimentación saludable y la influencia de esta en el mejoramiento de funcionalidad en las actividades diarias, paralelamente se desarrolló actividad lúdica llamada **“La Pelota Saltarina”** la cual consistió en realizar un circulo con todos los Adultos Mayores y entre ellos lanzar un balón, cada vez que ellos arrojaran el balón debían decir el nombre de una fruta o verdura, cuando ya todos los Adultos Mayores habían tenido su turno se realizaba el lanzamiento de dos balones y cada

uno debía decir una verdura o fruta y una proteína, y al final se culminaba con tres balones y cada uno de los participantes debía armar un plato saludable.

Durante el desarrollo de la actividad los participantes se mostraron animados a la realización de la misma logrando así poder entender los ejes centrales que se trabajaban en la temática, los cuales fueron: con el lanzamiento y recepción de los balones se trabajó la parte motriz gruesa y al tener que pensar en los alimentos y no poder repetir alguno que hubiesen dicho los otros adultos se trabajaba la parte psico-motriz, aspectos relevantes en el envejecimiento activo de la población Adulta Mayor.

En total participaron **527 adultos mayores**.

- **Taller N° 2: Equilibra tu Alimentación y tu Cuerpo**

La realización de este taller formativo tuvo como objetivo sensibilizar los Adultos Mayores sobre la importancia de mantenerse activos para así ayudar a mejorar las capacidades básicas como la coordinación y el equilibrio, las cuales se ven afectada por el proceso natural del envejecimiento.

El desarrollo de la temática se realizó a través de la dinámica **llamada "A MOVERSE"la** cual consistió en una rutina de ejercicio terapéutico céfalo-caudal para calentar y mejorar la movilidad de sus articulaciones. Posterior a ello y manteniendo el distanciamiento social, el profesional fisioterapeuta emitió indicaciones de movimientos a realizar utilizando materiales como ula-ula beneficiando su capacidad física y mental.

Durante la realización de esta actividad los participantes se mostraron contentos, puesto que con estas dinámicas divertidas se generó un impacto positivo en el estado de ánimo de los Adultos Mayores y se potencializaron habilidades motrices disminuyendo así el riesgo de sufrir caídas, a su vez comprendieron la importancia de la alimentación sana y la actividad física diaria, las cuales son una combinación

importante en los hábitos de vida diarios, ya que permitirán garantizar la vitalidad y el bienestar integral de este grupo poblacional.

En total en este taller participaron **448 adultos mayores**.

A la fecha se han realizado talleres educativos en los todos ejes estratégicos establecidos (área de la salud Nutricional, área de la salud Psicosocial y área de la Salud Física) direccionados a la promoción de estilos de vida que contribuyen al bienestar físico, psicosocial, nutricional y por consiguiente integral de la población Adulta Mayor atendida en esta estrategia, lo que representa un **avance del 36%**, según el número de adultos mayores atendidos por los ejes estratégicos desarrollados.

En la tabla No.8 se muestra el avance de los talleres realizados por el equipo interdisciplinario.

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE DE GESTIÓN	% DE CUMPLIMIENTO
Implementación de talleres que promueven estilos de vida saludables con un equipo interdisciplinario	# Adultos mayores participando en talleres de Nutrición	**1000**	**375**	**37.5%**
	# Adultos mayores participando en talleres del área psicosocial	**1000**	**494**	**49.4%**
	# Adultos mayores participando en talleres del área de salud física.	**1000**	**527**	**52.7%**

Tabla N°8. Resultados adultos mayores participando en talleres.

6. DOCUMENTACIÓN DE AVANCES Y RESULTADOS

Este componente se orienta a la evaluación periódica de los avances de la gestión en indicadores del proyecto, con el fin de evidenciar y soportar a través de las

acciones documentales pertinentes el impacto de cada uno de los indicadores y del proyecto en general en la calidad de vida de los Adultos Mayores.

En la medida que se desarrollen las actividades deben irse soportando para enriquecer periódicamente los informes de avances y las bases de datos implementadas para la consolidación puntual de las acciones realizadas por el equipo interdisciplinario vinculado a la Fundación 2030 con el objetivo de desarrollar el apoyo a la gestión de acciones de Recuperación y Seguimiento Nutricional de la población Adulto Mayor en las comunidades y Centros de Vida.

A corte del mes de octubre se han realizado dos informes de avances y se continúa enriqueciendo la base de datos con cada de una de las acciones ejecutadas por los profesionales de las distintas disciplinas de la salud que participan en este proyecto, facilitando de esta forma el seguimiento y control tanto cualitativo como cuantitativo de las actividades desarrolladas con los Adultos Mayores.

En la tabla No. 9 se indica el avance de la gestión en porcentaje de cumplimiento.

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE DE GESTIÓN	% DE CUMPLIMIENTO
Informes periódicos de avances de las actividades desarrolladas por componente	# reportes de avance de la gestión	**3**	**2**	**66.6%**

Tabla N°9. Resultados de documentación de avances



CASO DE ESTUDIO N° 1

Datos generales

La señora María Luisa Vega de Barbosa, Adulta Mayor de 86 años, asistente al Centro de Vida al Parque La Pradera, beneficiaria de Recuperación y Seguimiento Nutricional.

Antecedentes personales – Evolución de su estado de salud

Adulta Mayor con diagnóstico médico de Hipertensión arterial, en control regular, con cambios frecuentes en su estado anímico desde la aparición de la pandemia.

Situación Nutricional y Alimentaria

Se evidencia en la Adulta Mayor diagnóstico nutricional de peso insuficiente, con signos clínicos como agotamiento y cansancio físico. En lo relacionado con su cultura y alimentación diaria, se logra deducir que las condiciones socioeconómicas de la participante son regulares, su estadio de malnutrición se asocia particularmente a malos hábitos alimentarios en conjunto de manejo inapropiado de patología de base (Hipertensión arterial) y cambios en su estado anímico.

Actividades realizadas en el Proyecto

La Adulta mayor ha participado en jornada de tamizaje nutricional inicial, diagnóstico nutricional, entrega de complemento nutricional y talleres en el área de nutrición y salud física.

Incidencia de acompañamiento- recomendaciones:

Ha logrado tomar la iniciativa de cambiar hábitos alimentarios e incluir periódicamente el consumo oportuno en cantidad y frecuencia del complemento suministrado, a su vez se promovieron las acciones necesarias para que la beneficiaria cuide de forma oportuna su salud mental y logre de esta forma mantener un estado de salud óptimo con el control oportuno de su patología y la ganancia de peso corporal necesaria para mejorar su clasificación nutricional.

CASO DE ESTUDIO N° 2

Datos generales



La señora Mercedes Zambrano Gutiérrez, Adulta mayor de 77 años asistente al Centro de Vida Sourdis, beneficiaria de Recuperación y Seguimiento Nutricional, sus ingresos son el aporte recibido por el subsidio distrital.

Antecedentes personales – Evolución de su estado de salud

Adulta mayor con diagnóstico médico de Hipertensión arterial, sin manejo oportuno de ella.

Situación Nutricional y Alimentaria

Participante con diagnóstico nutricional de Desnutrición Moderada, marcada pérdida del tono muscular y afecciones presentes en la piel; por lo referido y analizado en acompañamiento por parte del profesional en Nutrición se puede deducir que su diagnóstico se relaciona con la falta de ingresos económicos para

tener una alimentación adecuada, resultado de la carencia del consumo de proteínas de alto valor biológico, frutas y verduras.

Actividades realizadas en el Proyecto

La Adulta Mayor ha participado en jornada de tamizaje nutricional inicial, diagnóstico nutricional, entrega de complemento nutricional y talleres en el área de nutrición, salud física y psicología, mostrando aceptación oportuna a cada una de ellas.

Incidencia de acompañamiento- recomendaciones:

Con la vinculación al proyecto de Recuperación y Seguimiento Nutricional, se logra mitigar en mínima proporción las condiciones de vulnerabilidad alimentaria en las que se encuentra la adulta mayor, garantizándole el aporte diario del 10 % del valor calórico con el consumo del complemento nutricional.

En cuanto a las recomendaciones se logra orientar a la participante en el uso de los recursos económicos de forma oportuna que le garantice el consumo de alimentos de alto valor nutricional (proteína de origen vegetal- leguminosa-legumbres, entre otros) que inciden en la ganancia de peso y masa muscular de la adulta mayor.

CASO DE ESTUDIO N° 3



Datos generales

La señora Alicia Breiva Cardozo, Adulta Mayor de 85 años, asistente al Centro de Vida al Parque Villa San Carlos, beneficiaria de Recuperación y Seguimiento Nutricional

Antecedentes personales – Evolución de su estado de salud

Adulta mayor con diagnóstico médico de Hipertensión arterial, Diabetes Mellitus e inicio de fase 1 de la Enfermedad de Alzheimer.

Situación Nutricional y Alimentaria

Se evidencia en la adulta mayor diagnostico nutricional de Desnutrición Moderada, con signos clínicos como marcado cansancio y agotamiento físico. Su condición nutricional tiene variables dependientes como el diagnóstico de su condición mental que limita la garantía del consumo de alimentos, asociado a ello tiene restricciones alimentarias asociadas al consumo de sal, azúcar y harinas por patologías medicas de base.

Su situación alimentaria presenta riesgos de inseguridad alimentaria asociado al inadecuado control en el consumo de alimentos por olvidar los momentos y/o tiempos de alimentación.

Actividades realizadas en el Proyecto

La adulta mayor ha participado en jornada de tamizaje nutricional inicial, diagnostico nutricional, entrega de complemento nutricional y talleres en el área de nutrición y salud física, sin embargo, es importante mencionar que al estar diagnosticada con

Alzheimer se le dificultó la realización oportuna de algunas de las actividades por lo cual se ajustaron a sus condiciones cognitivas

Incidencia de acompañamiento- recomendaciones:

Según lo referido por la adulta mayor y su hijo como cuidador permanente la calidad de vida de la participante ha mejorado asociado a las recomendaciones oportunas de alimentación y salud general, además los ejercicios realizados le permiten sentirse activa y útil para desarrollar muchas tareas porque la llenan de energía, el aporte adicional del complemento lo valora de sobremanera porque su hijo no tiene los ingresos para comprarlo y ella claramente los necesita y hasta ahora lo poco que ha consumido le ha abierto el apetito, lo que la ayudo sin lugar a duda a mejorar su condición nutricional, sin embargo se deja claridad que su proceso de recuperación será un poco más lento por los diagnósticos médicos que limitan el aprovechamiento total de los nutrientes suministrados.

BIBLIOGRAFIA

1-2. Organización Mundial de la Salud. Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Informe de un grupo científico de la OMS. Recuperado de: OMS(2015)InformeMundialSobreEnvejecimientoSalud.pdf (csic.es)

3. PROFAMILIA.Encuesta nacional de demografía y salud 2015. Recuperado de: ENDS-2015-TOMO-II.pdf (profamilia.org.co)

4. Alvarado García A, Lamprea Reyes L, Murcia Tabares K. La nutrición en el adulto mayor: una oportunidad para el cuidado de enfermería. Enferm Universitaria. 2017;14(3):199-206.

5. Ministerio de Salud Nacional. Encuesta Nacional de Situación Nutricional de Colombia (ENSIN, 2015). Recuperado de: http://www.deceroasiempre.gov.co/Prensa/2017/Paginas/Gobierno-presento-resultados-Encuesta-Nacional-Situacion-Nutricional-Colombia-ENSIN-2015.aspx#:~:text=El%20Gobierno%20present%C3%B3%20los%20resultados%20de%20la%20Encuesta,del%2013%2C2%25%20en%202010%20a%2010%2C8%25%20en%202015.

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



RF 1. Socialización del Proyecto CDV al Parque Almendra



RF 2. Socialización del Proyecto Centro de Vida Rebolo



RF 3. Selección de Beneficiarios- Tamizaje Nutricional
Centro de Vida A tu Casa Vereda Las Nubes.



RF 4. Selección de Beneficiarios- Tamizaje Nutricional
Centro de Vida Rebolo.



RF 5. Selección de Beneficiarios- Tamizaje Nutricional
Centro de Vida Carlos Meisel.



RF 6. Selección de Beneficiarios- Tamizaje Nutricional
Centro de Vida La Manga.



RF 7. Selección de Beneficiarios- Tamizaje Nutricional Centro de Vida al Parque Los Canosos



RF 8. Selección de Beneficiarios- Tamizaje Nutricional Centro de Vida al Parque El Pueblo



RF 9. Jornada de Sensibilización Centro de Vida al Parque Los Canosos



RF 10. Jornada de Sensibilización
Centro de Vida Las Flores



RF 11. Jornada de Sensibilización
Centro de Vida Simón Bolívar



RF 12. Diagnostico Nutricional-Valoración Nutricional Centro de Vida Rebolo



RF 13. Diagnostico Nutricional-Valoración Nutricional Centro de Vida Conidec



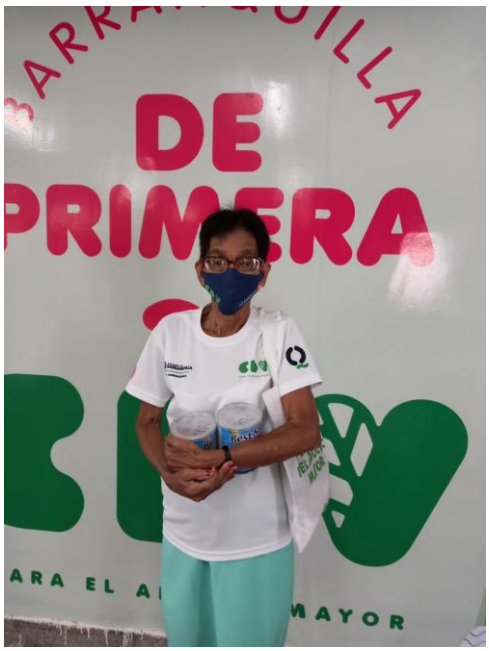
RF 14. Diagnostico Nutricional-Valoración Nutricional Centro de Vida San Roque



RF 15. Diagnostico Nutricional-Valoración Nutricional Centro de Vida La Luz-Chinita



RF 16. Entrega de Complemento Nutricional
Centro de Vida Conidec



RF 17. Entrega de Complemento Nutricional
Centro de Vida La Sierra



RF 18. Entrega de Complemento Nutricional
Centro de Vida



RF19. Entrega de Complemento Nutricional
Centro de Vida Las Nieves



RF 20. Talleres en el área de Salud Nutricional
Centro de Vida Carlos Meisel.



RF 21. Talleres en el área de Salud Nutricional
Centro de Vida San Salvador



RF 22. Talleres en el área de Salud Psicosocial
Centro de Vida al Parque Barlovento



RF 23. Talleres en el área de Salud Psicosocial
Centro de Vida Las Flores



RF 24. Talleres en el área de Salud Física
Centro de Vida Rebolo



RF 25. Talleres en el área de Salud Física
Centro de Vida al Parque Moderno



RF 26. Talleres en el área de Salud Física
Centro de Vida al Parque Las Malvinas



RF 27. Talleres en el área de Salud Física
Centro de Vida Las Flores



RF 28. Talleres en el área de Salud Física
Centro de Vida al Parque El Silencio



RF 29. Talleres en el área de Salud Física
Centro de Vida San Luis