FUNDACIÓN HOGAR SAN CAMILO

EJECUCIÓN DE PROYECTO

ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD EN ASILOS U HOGARES DE PASO

SECRETARÍA DE GESTIÓN SOCIAL

PROGRAMA: ADULTO MAYOR

INFORME DE GESTIÓN

MES DE MARZO

VIGENCIA 2022

1. INTRODUCCIÓN

Desde un punto de vista biológico, el envejecimiento es la consecuencia de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, un aumento del riesgo de enfermedad, y finalmente a la muerte.

Ahora bien, esos cambios no son lineales ni uniformes, y su vinculación con la edad de una persona en años es más bien relativa. Si bien algunas personas mayores disfrutan de una excelente salud y se desenvuelven perfectamente, otros son frágiles y necesitan ayuda considerable.

Además de los cambios biológicos, el envejecimiento también está asociado con otras transiciones de la vida como la muerte de la pareja, el rechazo social. Es importante tener en cuenta no solo los elementos que amortiguan las pérdidas asociadas con la vejez, sino también los que pueden reforzar la recuperación, la adaptación y el crecimiento psicosocial.

Por ello la atención adecuada al adulto mayor constituye un proceso que capacita a las personas y colectivos para que ejerzan un mayor control sobre los determinantes de salud, alimentación, (medio ambiente, estilos de vida, biología humana, sistema sanitario); en este sentido, implica actuaciones coordinadas entre los diferentes entornos que influyen en las personas, de ahí el papel fundamental que tiene el hogar para la adecuada calidad de vida del adulto mayor. Promover la adquisición de hábitos y costumbres saludables referentes a la Alimentación, Ejercicio físico, Higiene corporal, Hábitos tóxicos (tabaco, alcohol, automedicación, Sexualidad, Higiene mental (actividades sociales, culturales, recreativas). Aparte de Disminuir los factores de riesgo en el medio: prevención de accidentes, entorno y vivienda, fomentar el autocuidado de las personas mayores, favoreciendo su autonomía y su integración en el medio comunitario y mejorar su calidad de vida.

2. ALCANCE

La institución dentro de sus principales estrategias establecidas para garantizar los derechos a los Personas mayores, cuenta con una atención integral que busca brindar

en primera instancia valoraciones multidimensionales a través de las diferentes disciplinas acompañados con planes de acción y estrategias educativas desde diferentes áreas adaptadas a las necesidades de los beneficiarios. Sumado a lo anterior se realizan jornadas de esparcimiento tanto internas como externas que permiten la estimulación en las relaciones sociales.

a. Componente Salud

A través de este componente se atienden las necesidades en salud física de la totalidad de los residentes por medio de valoraciones iniciales y seguimientos médicos y odontológicos, diagnosticando y tratando las enfermedades prevalentes en los residentes. También por medio de talleres y actividades se busca implementar hábitos saludables, proporcionando orientación para el autocuidado y así favorecer un envejecimiento sano y activo en el adulto mayor.

b. Componente Nutrición

Cuyo objetivo es Brindar una adecuada alimentación en calorías, nutrientes y micronutrientes a las personas mayores que permita mejorar el estado de salud y nutrición, así mismo disminuir los riesgos de morbimortalidad que se presentan frecuentemente en esta etapa de la vida a través de la entrega de cinco (5) raciones diarias basadas en minuta patrón y ciclos de minutas estandarizadas y supervisadas por el profesional de nutrición.

c. Componente Psicología

En el área de psicología se desarrollaron las actividades para evaluar, intervenir, estimular y apoyar al adulto mayor, buscando mejorar su calidad de vida, contemplando la satisfacción de sus necesidades físicas, psicológicas y emocionales.

En el área de psicología, la atención estuvo centralizada en los seguimientos, acompañamiento, observación de la conducta, intervenciones por quejas, sobre las faltas a las normas del manual y la alteración a la convivencia; la realización de los talleres y las actividades de ocio y esparcimiento en compañía del grupo interdisciplinario; apoyo de los procesos de otras disciplinas; visitas domiciliarias por solicitud de cupo, apoyo en actividades de celebraciones especiales a trabajadores y residentes, y en la educación y reeducación constante de normas, para procurar una

sana convivencia, siendo esta uno de las mayores dificultades en el Hogar, por la variedad de caracteres y costumbres de los residentes, además de las patologías que se manejan. Pese al tiempo trascurrido en el proceso de la pandemia del coronavirus, aún se sigue velando por el estado mental de los residentes, ya que sus vidas no han retomado la normalidad, se sigue realizando acompañamiento de los procesos de enfermería y el equipo interdisciplinario y la constante socialización de los protocolos de cuidados y la identificación de las emociones que se podrían estar generando por los cambios instaurados.

d. Componente Salud Física

Mejorar y/o mantener la funcionalidad de las personas de la tercera edad residenciado de manera sistemática y planificada a través de movimientos corporales, posturas, acondicionamiento físico, y actividades físicas, con el propósito de que las personas mayores dispongan de medios para mantener un envejecimiento activo.

e. Componente Trabajo social

Trabajo Social, del centro de Atención al Adulto Mayor San Camilo, proporciona a los residentes y familias una intervención con el propósito de orientarles con sus necesidades y problemas para el restablecimiento de sus derechos. El objetivo se fundamenta en apoyar, diligenciar y gestionar que los residentes obtengan una atención con calidez y calidad, reconociendo la problemática de cada uno de ellos, identificando alternativas de solución.

3. BENEFICIARIOS

Nuestra población está conformada en la actualidad por 63 personas mayores, de los cuales (40) son del sexo masculino y (23) sexo femenino. El Centro de Bienestar cuenta con una base de datos con toda la información general del Adulto Mayor. Un gran porcentaje de la población se encuentra con alguna condición de discapacidad siendo la de mayor prevalencia la discapacidad múltiple, seguida de las discapacidades física y Psicosocial, evidenciando la minoría de las discapacidades en área Sensorial, seguida de la discapacidad cognitiva.

El 100 % de la población se encuentra con el esquema de vacunación contra COVID 19 con primera y segunda dosis, el 95,2 % con dosis refuerzo. Dos pendientes para su aplicación en abril y junio respectivamente, uno más, que por su condición de salud no ha sido posible su aplicación.

De un cupo total para 70 residentes, a la fecha contamos con 63 residentes activos, los cuales se encuentran recibiendo atención integral. Durante el periodo se presentaron 2 novedades por fallecimiento.

4. EJECUCCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

4.1 Componente Salud: Medicina, Enfermería y Odontología

Se realizan actividades encaminadas a conocer el estado de salud general del adulto mayor, con el fin de identificar y caracterizar los diagnósticos y/o las posibles patologías de los beneficiarios de los Centros de Bienestar. Entre las actividades realizadas desde este componente, se encuentran todas las atenciones brindadas desde el área de enfermería y las valoraciones realizadas por el profesional en medicina, y odontología. A continuación, se describen.

4.1.1 Componente Medicina

4.1.1.1 Valoración Inicial

Durante este periodo ingresó al Hogar Fundación San Camilo 1 adulto mayor, traído por funcionarios de la Alcaldía. Llevando un acumulado a la fecha de 66 personas mayores valorados.

4.1.2 Valoración Inicial de Fragilidad

Se aplicaron los diferentes criterios del Test de Linda Fried arrojando como resultado prefragil.

Observaciones: Persona Mayor colaboradora, acató las órdenes y las cumplió en el momento de la realización de la prueba.

Para este periodo se cuenta con un acumulado de 66 personas mayores valorados por fragilidad.

4.1.3 Seguimiento del estado de salud de los beneficiarios

Durante este periodo se realizaron 20 seguimientos a diferentes Personas mayores, dentro de los cuales se encontraron patologías manejables en la institución, en cambio otra que ameritó remisión a centro de salud de alto nivel de complejidad siendo trasladado en ambulancia, por medio de los servicios de AMI, debido a su regular estado general, ya que se trató de un Adulto Mayor con secuelas de ACV, antecedentes de COVID 19, sospecha de TBC y cuadro de dificultad respiratoria de inicio súbito con fiebre y no mejoraba. Las patologías fueron las siguientes:

PATOLOGIAS	
Cefaleas	1
Celulitis	1
Urticaria	1
Dolor Abdominal	1
Gastritis	1
Dermatitis	3
Infecciones de vías urinarias	5
Sindrome febril	1
Dolor abdominal inferior	1
Constipación	2
Crisis hipertensiva	1
Trauma frontal	1
Escaras	1

Tabla N.1 Seguimiento del estado de salud de los beneficiarios

Dentro del grupo de personas mayores valorados en seguimiento se encontraron con cuadros clínicos entre 2 y 12 horas de evolución, de inicio súbito, e incluso cuadros de patologías crónicas que se agudizaron, en las cuales hubo necesidad de realizarles órdenes de laboratorios, micronebulizaciones y aplicación de medicamentos, tales como analgésicos y corticoides entre otros.

Se introdujeron enemas evacuantes con la finalidad de resolver cuadros de constipación de más de tres días con difícil evacuación, posterior se les dieron las recomendaciones en las cuales se incluyeron una dieta rica en fibra, abundantes líquidos, agua con el mínimo de 6 vasos al día y signos de alarma para ser trasladados a centros hospitalarios en caso de ameritarlo.

Hubo cuadros de diferentes patologías con dolor que ameritaron la aplicación de analgésicos y antiespasmódicos, entre las cuales se encontraron Dolor Abdominal y articular.

Otra patología como las celulitis fue detectada y diagnosticada inmediatamente y abordada con antibióticos, antiinflamatorios, y compresas de agua tibia con sal de Epson, la cual mejoró en un 70% aproximadamente durante los cinco primeros días.

La urticaria por ingesta de alimento se resolvió en un 100 % con el uso de corticoides en uno de los Personas mayores en seguimiento, con la ayuda de antihistamínicos orales y dieta sin cítricos, condimentos, pescado y cerdo.

Dentro de las patologías de más incidencia durante este periodo fueron las Infecciones urinarias, las cuales la mayoría se iniciaron con dolor tipo cólico en el hipogastrio, disuria y fueron cuadros súbitos y posterior a aplicación de analgésicos a las personas mayores que la padecieron se les ordenaron parcial de orina y Urocultivo, los cuales con lecturas presentadas se les inició tratamiento con antibioticoterapia vía oral, recomendaciones y signos de alarma para ser llevados a centros de salud más cercano.

La patología crónica, que se reactivó fue la Dermatitis de un residente masculino, quien fue valorado, y se encontraron lesiones con máculas con bordes irregulares eritematosas en regular tamaño, prurito, en miembros inferiores, para la cual se le ordenaron corticoides en ampolla y en crema, con recomendaciones como lavado diario con jabón neutro.

La mayoría de las patologías evolucionaron satisfactoriamente, excepto una persona mayor masculina que debió ser traslado en ambulancia de AMI, y llevada a clínica, donde hasta la fecha se encuentra hospitalizada con Tuberculosis en Estudio, Síndrome Anémico.

Se realizó seguimiento a una persona mayor femenina por trauma en región frontal con objeto contundente (pared), sin pérdida del conocimiento, la cual se le ordenaron analgésico e hielo local.

Se valoró adulta mayor femenina con escara en región sacra, la cual se le revisó minuciosamente y se comprobó encontrarse en estadio II, por lo que se le ordenaron curaciones diarias con solución salina, fitostimoline crema, cambios posturales cada 3 horas con buena hidratación de la piel, ropa de cama completamente limpias y extendidas, apoyo con cojines antiescaras, recomendaciones y signos de alarma, tales como no mejoría, mal olor, inapetencia, decaimiento.

	Hombre	Mujer
	15	5
Total	20	

Tabla N.2 Seguimiento del estado de salud de los beneficiarios





Ilustración N.1 Seguimiento del estado de salud de los beneficiarios

4.1.4 Componente Odontología

4.1.4.1 Valoración Inicial

Para este periodo se realizó una valoración inicial a un adulto mayor de género femenino, la cual arrojó un diagnóstico de edéntulo parcial superior e inferior; periodontitis; extrusión dental de 14, 15, 33 y 34.

A la fecha se tiene un acumulado de 66 valoraciones iniciales.

4.1.4.2 Seguimiento y controles odontológicos

Se realizó la división y organización de la población residente en el hogar, dando como resultado la formación de 3 grupos; con el objetivo de ejecutar las valoraciones de seguimiento en el componente de odontología de la fundación.

A continuación, se muestra el número de residentes en cada grupo, repartidos de acuerdo a la población existente en el hogar.

GRUPOS	
1	22
2	22
3	22
Total	24

Tabla N.3 Seguimiento y controles odontológicas

En este mes se llevó a cabo la revisión de seguimiento correspondiente al grupo #1; se le realizó valoración a un total de 22 personas mayores. Las patologías más relevantes arrojadas fueron las siguientes:

DIAGNOSTICO	HOMBRE	TRATAMIENTO
Edentulo total superior e inferior	7	Rehabilitación
Resto radicular	9	Exodoncia
Extrusión dental	2	Exodoncia
Bruxismo	1	Exodoncia
Periodontitis con movilidad	2	Exodoncia
Prótesis total adaptada	1	Control en un mes
TOTAL	**22**	

Tabla N.4 Seguimiento y controles odontológicos

NOTA: Los residentes valorados pertenecientes a este grupo todos son de sexo masculino.



Ilustración N.2 Seguimientos y controles odontológicos

4.1.4.3 Taller de salud Oral

Durante este período se realizó 1 actividad dirigida a las personas mayores.



Ilustración N.3 taller Autocuidado en Higiene Oral

Tema	Objetivos	Metodología	Resultados
Hábitos Saludables que ayudan a la preservación de los tejidos orales	Dar a conocer los hábitos externos que nos ayudan a la preservación de los tejidos orales.	A través de una actividad lúdico pedagógica, se rememoran los hábitos de higiene oral. Al final de la intervención se realizó una dinámica llamada "la pareja correcta" con imágenes similares alusivas al tema; el residente que encontrará la pareja de imágenes debía decir a qué se refería la imagen y se le entregaba un premio.	Las personas mayores se notaron participativos, animados durante el desarrollo de la actividad. Aceptaron afianzar los bueno hábitos de higiene oral, para evitar perdida de piezas dentales.

Tabla N.5 Taller de salud oral - Autocuidado

4.1.5 Componente Enfermería

4.1.5.1 Actividades realizadas en el área de enfermería

En el mes de marzo en el área de enfermería se realizaron diferentes actividades como:

Toma de signos vitales, a todos los residentes de la institución.

Lavado de manos cada, 2 horas a las personas mayores dependientes y motivando a las personas mayores funcionales por medio de educación a realizarlo.

Cambio de tapabocas diariamente a los residentes, una actividad que se sigue realizando en la institución, como manera de prevenir no solo el COVID 19 sino otro tipo de enfermedades respiratorias.

Cambios de posición cada 2 horas a personas mayores que tienen alto riesgo de úlceras por presión.

Hidratación de piel diaria diariamente se realizó hidratación de piel a los residentes.

Cambio de pañal el área de enfermería realiza cambios de pañal desechables cada vez que el adulto mayor que no tiene control de esfínter lo amerite.

Glucometrías se realiza tamizaje mensualmente a todas las personas mayores.

Asistencia en baño se realizó baño diario a los residentes dependientes y se supervisa a las personas mayores funcionales.

Curaciones se realizó curaciones con tecnología a 2 residentes y curación simple a un residente.

Asistencia en alimentación se brindó asistencia en alimentación a las personas mayores que por sus condiciones físicas o cognitivas les impiden realizarlo por su cuenta y supervisión a las personas mayores funcionales.

Administración de medicamentos la administración de medicamentos se realizó según orden médica

Cuidado personal se afeitó cada semana a las personas mayores que no pueden hacerlo por sí mismo y se brindó corte de cabello, arreglo de uñas, lavado de cabello según necesidad de cada residente.

Recesión de teleconsultas en el área de enfermería se recibieron llamadas de teleconsultas. Esta actividad se realiza desde el área de enfermería garantizando la información suministrada permitiendo continuidad en los tratamientos y controles médicos, así como la pertinencia en la realización de exámenes de laboratorio.

Caminatas cada día se les brindó apoyo a los residentes que por condición de salud deben realizar caminatas en compañía del personal de enfermería.

Acompañamiento a citas médicas, se realizó acompañamiento a citas médicas presenciales.

Atención	Hombre	Mujer
Signos vitales	42	23
Glucómetros	42	23
Administración de medicamentos	40	23
Curaciones	3	1
Asistencia	17	17

Tabla N.6 Actividades de enfermería por sexo



Ilustración N.4 Actividades de enfermería

4.2 Componente Nutrición

La Nutrición en las personas mayores, es importante porque son un grupo etario que tienen una alta vulnerabilidad nutricional, debido a los cambios fisiológicos propios por el envejecimiento como: menor producción de saliva, pérdida de piezas dentales, disminución del olfato y del gusto, sumado a el sedentarismo, el alto consumo de medicamentos, trastornos afectivos y cognoscitivos; además de una elevada prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles. Por esta circunstancia a las personas mayores, se les realiza tamizaje inicial, valoraciones y seguimientos nutricionales para determinar las cultura alimentaria y necesidades nutricionales lo que permite desarrollar una intervención oportuna para la prevención y/o mejoramiento de malnutrición en los casos que se presenten. Si el adulto mayor llega a tener pérdidas en su peso lo primero a realizar es una intervención nutricional donde se suministra una dieta adecuada a su patología con supervisión y si es necesario con suplementación diaria.

Además de estas acciones, se realizan seguimientos de raciones servidas y consumidas desde el servicio de alimentación, para que cada minuta se ajuste a las necesidades propias de adulto mayor, dando cumplimiento a la estandarización de alimentos basada en los requerimientos del ICBF para grupos etarios de 50 años en adelante.

4.2.1 Tamizaje inicial



Ilustración N.5 Tamizaje inicial

El Tamizaje Inicial se realiza con el propósito de determinar la presencia de malnutrición, en un adulto mayor. Se realiza un tamizaje inicial al empezar el año o al ingreso de un adulto mayor al hogar; de esta manera, se puede obtener un diagnóstico preciso del estado de nutrición del adulto mayor permitiendo realizar un diagnóstico y seguimiento oportuno. Para este periodo se realizó un tamizaje inicial ya que se presentó novedad por ingreso, el cual arrojó un diagnóstico de desnutrición leve.

4.2.2 Valoración nutricional

La valoración individualizada facilitó la identificación del estado nutricional de las personas mayores de la Fundación Hogar San Camilo, para así brindar apoyo en cada uno de los diagnósticos que se encontraron como:

- Peso Insuficiente
- Normal
- Sobrepeso

En el mes se realizaron 10 valoraciones nutricionales, en las cuales se obtuvo a través de la toma de medidas antropométricas (peso, talla) y la aplicación del Test MNA (Mini Nutritional Assessment) el estado nutricional de las personas mayores valoradas. Según los resultados obtenidos en este procedimiento, 9 personas mayores presentaron estado nutricional normal y un solo adulto mayor en riesgo de malnutrición; por su parte en la toma de peso y talla, el IMC (Índice de Masa Corporal) arrojó que 2 beneficiarios se encontraron en peso insuficiente, 5 en normalidad y 3 en sobrepeso.

A cada uno de estas personas mayores se le realizó educación nutricional dándole a conocer su diagnóstico.





Esta valoración incluye medidas antropométricas, encuestas dietéticas, valoración global subjetiva y el cribado nutricional (Mini Nutricional Assessment)

Ilustración N.6 Valoración nutricional

En el periodo se realizaron 10 valoraciones, Las cuales se describen en la siguiente tabla.

	Hombre	Mujer	Total
Total	8	2	10

Tabla N.7 Valoración nutricional

4.2.3 Diseño ciclos de minutas.

Teniendo en cuenta las condiciones fisiológicas, físicas y alimentarias de las personas mayores, se estableció un ciclo de minutas de 4 semanas con preparaciones ajustadas a las necesidades calóricas y de nutrientes propias de este grupo poblacional.

Por lo anterior se muestra modelo de ciclo de minuta correspondiente a la primera semana del periodo.

La alimentación entregada incluye alimentos proteicos (de origen animal, vegetal) reguladores (frutas y verduras) y energéticos (harinas, raíces y tubérculos).



Ilustración N.7 Diseño de minutas

4.2.4 Aprovechamiento de las raciones alimentaria

Las raciones alimentarias nos permiten conocer el consumo diario, mensual y el porcentaje de aprovechamiento de raciones servidas y consumidas, estas fueron suministradas en 3 comidas principales (desayuno, almuerzo, cena), y 2 refrigerios media mañana y media tarde, además se entregó merienda nocturna a las personas mayores que por su comorbilidad así lo requerían (diabéticos) disminuyendo así el tiempo de ayuno.

A continuación, se relacionan los resultados alcanzados en el mes de marzo en el Centro de Bienestar: Total raciones servidas **9779** y raciones consumidas **9592** para un aprovechamiento del **98%**. Lo cual constituye un indicador óptimo para esta variable.

	Raciones servidas	Raciones consumidas	% de Aprovechamiento
Total	9.779	9.592	98%

Tabla N.8 Aprovechamiento de raciones alimentarias





Se brinda una alimentación optima, balanceada según los requerimientos del ICBF, garantizando a las personas mayores un estado nutricional de acuerdo a sus necesidades.

Ilustración N.8 Nutrición - Raciones servidas

4.2.5 Otras actividades agregadas del componente de nutrición

4.2.5.1 Suplementos nutricionales

Se realizó entrega de suplementos nutricionales a 16 personas mayores de acuerdo al diagnóstico arrojado en la valoración nutricional.

Los suplementos utilizados fueron:

Nombre del suplemento	Dosis	No. de beneficiarios
Prowhey Kalory lata de 460gr	una vez al día	14
Argiment sobre x 27,6 gr	una vez al día	1
Nutrisite sobre x 31,5 gr	una vez al día	1

Tabla N.9 Suplementos nutricionales





Ilustración N.9 Nutrición - Suplemento nutricional

4.3 Componente Salud Física

Resulta de suma importancia el fomento de la actividad física, como factor favorable para mejorar la calidad de vida de las personas, y más aún, en personas mayores, en el

que su calidad de vida se ve reducida por la dependencia y enfermedades crónicas que en este grupo se produce con más frecuencia. Desde el componente de salud física se tiene la meta de proporcionar al adulto mayor un programa preventivo, correctivo o de mantenimiento donde el objetivo primordial sea la independencia funcional de las personas mayores.

4.3.1 Valoraciones iniciales

Las valoraciones iniciales son de gran importancia para el diagnóstico y clasificación de los beneficiarios del proyecto, para establecer un plan de intervención adecuado a las necesidades osteomusculares y fisiocinéticas, que nos lleven a conservar el estado de la salud física de las personas mayores.

En el mes de marzo se reporta el ingreso de un adulto mayor el cual tuvo como resultado en la escala de Tinetti riesgo alto de caídas con un puntaje de 15, y según el índice de Barthel dependencia severa, con un puntaje de 45; por lo tanto, el acumulado a la fecha es de 66 valoraciones iniciales.



Ilustración N.10 Valoración inicial

4.3.2 Atención individualizada

Está orientada a promover la actividad motora voluntaria desde la intervención personalizada, con el fin de disminuir el dolor, mantener y/o aumentar el rango de movimiento articular, mantener y/o mejorar la fuerza muscular, la coordinación y el control neuromuscular, mejorar el equilibrio, la postura, y en el aprendizaje y reaprendizaje motor. A partir de la utilización de medios físicos y técnicas terapéuticas

que son manejadas por el profesional en Fisioterapia, de acuerdo con el concepto profesional que surge de la aplicación del formato de valoración.



Se realizan 10 seciones de fisioterapia a las personas mayores que requieren de un plan de intervención individual



Evaluación para determinar el plan de tratamiento según diagnostico médico



Plan de intervención individual con el fin de mejorar su condición de salud osteomuscular

Ilustración N.11 Atención individualizada

Las atenciones individualizadas tienen múltiples beneficios, entre ellos:

- Mejorar la condición física y mental de la persona mayor.
- Prevenir el riesgo de caídas.
- Mejorar las funciones básicas del organismo y conseguir una mayor sensación de bienestar en la persona mayor.
- Disminuir dolor.
- Aumentar rangos de movilidad articular.
- Aumentar fuerza muscular entre otros.

Para este periodo se realizaron 10 sesiones de fisioterapia por cada persona mayor de manera individualizada, teniendo en cuenta el diagnóstico y/o remisión de medicina general, estableciendo así un plan de tratamiento acorde a la sintomatología de los personas mayores o condición osteomuscular.

Cada atención individualizada se inició con el traslado del adulto mayor al servicio de fisioterapia, luego ubicación en camilla y/o silla según la necesidad, para así realizar la intervención:

- Masajes sedativos y estimulativos con aceite aromatizado.

- Movilizaciones pasivas dependiendo del segmento a tratar ya sea en miembros superiores e inferiores.
- Ejercicios isométricos.
- Ejercicios de estiramientos.
- Ejercicios con pesas.
- Reeducación de la marcha.

Todo esto con el fin de potencializar la condición osteomuscular de las personas mayores. Durante este mes se realizaron 80 sesiones de fisioterapia en 8 personas mayores logrando, disminuir dolor, aumentar rangos de movilidad articular, fuerza muscular, reeducación de marcha, equilibrio, reeducación de marcha sin ayuda técnica, que son las necesidades más prevalentes en la población atendida.

4.3.2 Rutinas grupales de acondicionamiento físico.

Las rutinas grupales de acondicionamiento físico consisten en ejercitar el cuerpo de manera efectiva y agradable mediante distintas disciplinas, lo cual es importante porque permite estimular a las personas mayores a interactuar entre ellos.
El entrenamiento continuo como tal ofrece múltiples beneficios a la salud física y mental de la persona mayor.

Dentro de la fundación las rutinas de acondicionamiento físico se llevan a cabo permitiendo la participación del total de las personas mayores beneficiarios, para este periodo se realizaron 3 rutinas de acondicionamiento físico.

A continuación se describe la metodología: Inicialmente se realiza una convocatoria a los personas mayores para participar de la actividad; luego se realiza elongaciones musculares de miembros superiores e inferiores; se procede explicar al adulto mayor la dinámica de la rutina y el objetivo de la misma, seguidamente se realiza una demostración de la actividad por parte del equipo de fisioterapia, algunas de las rutinas tienen el acompañamiento de estudiantes en prácticas del programa de fisioterapia, vía virtual, durante la ejecución de la actividad se estimula al adulto mayor a permanecer en ella de manera continua, para alcanzar el objetivo, para finalizar se realiza ejercicios de respiración y relajación que le permiten al adulto mayor sensación de tranquilidad y plenitud.



Ilustración N.12 Rutinas grupales de acondicionamiento físico

RUTINAS DE ACONDICIONAMIENTO FISICO		
Nombre de la rutina	Objetivos	Metodología implementada
Coordinación óculo manual (rana).	Trabajar coordinación y puntería.	Se organizaron por grupos a las personas mayores. Se explicó a través de modelado la actividad a realizar. Se realizan ejercicios de movilidad articular de tren superior e inferior. Por último, las personas mayores lanzaron un aro para encajarlos en un orificio.
Ejercicios de resistencia.	Mantener capacidad física, mejorando resistencia y fuerza.	Se inició con elongaciones musculares. Se realizaron 6 ejercicios de fuerza y resistencia (3 series de 10 repeticiones), utilizando pesas (botellas plásticas llenas de arena). Se finalizó con ejercicios de vuelta a la calma.
Ejercicios funcionales	Aumentar y/o mantener la funcionalidad del sistema osteomuscular.	Se acondiciona un espacio agradable para la realización de ejercicios, entre ellos técnicas de facilitación neuromuscular propioceptivas (método Kabat), con énfasis en las diagonales 1 y 2. (2 ejercicios, 3 series de 10 repeticiones).
Una movilidad limitada ocasiona en las personas mayores un deterioro de la coordinación facilitando y predispone a lesiones músculo tendinoso, articulares, deterioro de la calidad del movimiento, impidiendo perfeccionar algunos ejercicios, limita la amplitud. Para evitar estos problemas son convenientes los ejercicios que lleven a músculos y articulaciones a sus máximos recorrido, aplicando lógicamente una adecuada metodología.		

Tabla N.10 Rutinas de acondicionamiento físico

4.3.3 Actividades para la funcionalidad

Estas actividades requieren poco esfuerzo y son sencillas. Sin la capacidad de realizar estas tareas, el ser humano no podría sobrevivir por sí mismo.

Si entendemos que la realización de ABVS (Actividades Básicas de la Vida) integran a las personas en la sociedad, comprenderemos que éstas se vuelven necesarias para la identidad de las personas.

Sus beneficios son:

- Optimiza los niveles de bienestar subjetivo.
- Disminuye los sentimientos de soledad.
- Mejora el estado de ánimo y la motivación interna.
- Incrementa la capacidad de afrontamiento en situaciones de estrés.
- Amplía los niveles de satisfacción vital.
- Mejora las habilidades comunicativas.
- Potencia la percepción sensorial.
- Ejercita las habilidades cognitivas.
- Incrementa la autoestima.
- Mejora el mantenimiento de hábitos saludables.
- Disminuye significativamente los niveles de enfermedad y depresión.
- Facilita la adaptación al entorno.
- Aumenta la percepción de competencia.

Entre las distintas opciones que podemos tener para practicar el ocio, es sin duda alguna los juegos de mesa ya que nos brindan un abanico de ventajas entre ellas:

-Ayudan al desarrollo de las capacidades motoras, mentales y sensoriales.

-Desarrollan la concentración, la memoria, la observación y la imaginación.

-Muestran cómo resolver problemas, elaborar estrategias y tomar decisiones.

-Enseñan a cumplir las normas de convivencia.

Los juegos de preguntas y respuestas, y aquellos que requieren atención y concentración, contribuyen a la activación de la memoria.

Los juegos de palabras y letras, o los de cálculo, ayudan a practicar algunos hábitos necesarios para el desarrollo de las actividades de la vida cotidiana. Además, potencian y mejoran el uso del lenguaje.

Mejoran la movilidad y la agilidad: Los juegos que requieren coordinar movimientos, movilizar articulaciones o realizar estiramientos contribuyen al mantenimiento de las habilidades sensoriales y motoras.

Estimulan la percepción sensorial: Cualquier actividad lúdica, al ser fuente de motivación, incrementa la atención y mejora la percepción y estimulación de los sentidos.

Potencian el contacto social y la comunicación: El juego compartido fomenta las relaciones sociales y la comunicación, a la vez que estimula la satisfacción emocional y la seguridad.

Es posible mejorar la función cognitiva y la eficiencia cerebral mediante algunos cambios en nuestro día a día. Las elecciones que hacemos con respecto a nuestro estilo de vida y nuestras actitudes influyen en la forma en que envejecemos.



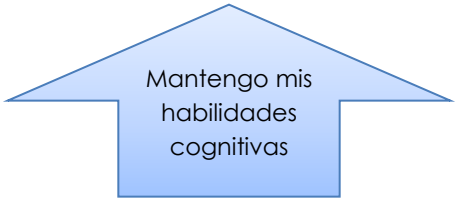
Ilustración N.13 Actividades para la funcionalidad - motricidad fina



Ilustración N.14 Actividades para la funcionalidad - Describe tu felicidad



Ilustración N.15 Actividades para la funcionalidad - Estimulación cognitiva - visual



Nombre de la actividad	Objetivos	No. de participantes
Actividades lúdicas de motricidad fina.	Mantener y /o aumentar la coordinación óculo manual.	20
Describe tu felicidad.	Recordar aquello que los hace felices de una forma didáctica a través de juegos de mesa, fomentando la empatía entre ellos.	20
Estimulación cognitiva-visual.	Estimular el cerebro y ayudar a mantener las habilidades cognitivas, preservar su funcionalidad y por ende, beneficiar la vida diaria de los personas mayores	23

Tabla N.11 Actividades para la funcionalidad

4.3.4. Pausas Activas

Las pausas activas son breves descansos durante las jornadas laborales que sirven para recuperar energía, mejorar el desempeño y eficiencia en el trabajo, a través de diferentes técnicas y ejercicios que ayudan a reducir la fatiga, disminuir trastornos musculoesqueléticos y prevenir el estrés.

Dentro de los beneficios de las pausas activas se encuentra que:

- Disminuye el estrés.
- Favorece el cambio de posturas y rutina.
- Libera estrés articular y muscular.
- Estimula y favorece la circulación sanguínea.
- Favorece la autoestima y capacidad de concentración en la jornada diaria.
- Disminuye el riesgo de enfermedades cardiacas.

- Mejora el desempeño físico y aumenta la productividad.



Ilustración N.16 Pausas activas

Número de pausas activas realizadas en mes	Acumuladas
24	24

Tabla N.12 Relación Pausas activas

4.4 Componente Psicología

En la Fundación Hogar San Camilo, el componente de psicología, busca aplicar diferentes metodologías de intervención al adulto mayor, basados en parámetros establecidos en el significado de la Psicología "ciencia, conducta, proceso mental y personalidad". De acuerdo a esto las acciones establecidas, para trabajar con las personas mayores, llevan la finalidad de ser tratados, como un ser individual, pero también como un ser integrado en comunidad.

A continuación, se presentan las actividades establecidas para abordar e intervenir a las personas mayores, residentes de la Fundación Hogar San Camilo.

4.4.1 Valoración inicial

Con la valoración inicial, se busca evaluar el estado cognitivo y emocional de los residentes, para tener un punto de referencia del inicio del periodo 2022 y de esta manera poder identificar, clasificar las patologías, déficits identificados en las personas mayores, permitiendo elaborar los planes de intervención de mejora y mantenimiento

de la salud mental de los residentes, dando luces para planear las intervenciones de mejora, mantenimiento la salud mental de los residentes.

A la fecha en el mes de marzo, se realizó una valoración inicial. La cual arrojó un diagnóstico de según test Minimental deterioro cognitivo leve a moderado y en Yesavage en normalidad, no se evidencian signos de posible depresión.

Concepto	Valoración de mes		Acumulado
	Hombres	Mujeres	
Normal	0	0	10
Posibles deterioro cognitivo	0	0	2
Deterioro cognitivo leve a moderado	0	1	31
Deterioro moderado a severo	0	0	9
Deterioro cognitivo severo	0	0	14
Totales	0	1	66

Tabla N.13 Acumulado de valoraciones iniciales - Test Minimental - Deterioro

Concepto	Valoración de mes		Acumulado
	Hombres	Mujeres	
Normal	0	1	47
Probable depresión	0	0	18
Depresión	0	0	1
Totales	0	1	66

Tabla N.14 Acumulado de valoraciones iniciales - Yesavage

4.4.2 Actividades lúdico - pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental

Nombre de la actividad	Objetivos	Metodología	Resultados
Escalera de los sueños	Fomentar la creatividad, por medio de la imaginación y los deseos, de tener o de ser algo.	Para realizar esta dinámica se le pide explicar a las personas mayores. La importancia de tener sueños y cómo estos ayudan a nuestro proceso de pensamiento por medio de la imaginación y nuestras emociones al desear alcanzar algo. Se les explica a las personas mayores que deben tomarse el tiempo de pensar en algunos sueños, luego por medio de un dado, van a ir avanzando en la escalera y en cada lanzamiento deben expresar un sueño que desean cumplir. La	Al finalizar la actividad, con las anotaciones tomadas por la dirección se hizo un análisis de los sueños a cumplir y se trabajará en los que sean posibles cumplirlos. Esta estrategia se utilizó con la finalidad, para expresar lo que en una entrevista algunos no manifiestan, de igual manera se promovió que las personas mayores de cada Centro de Bienestar se identificaran con otras personas mayores, dándose cuenta que, a pesar de sus diferencias, tienen muchas cosas en común.

		dirección anoto los sueños y anhelos de parte de los participantes, la finalidad es desde el componente de trabajo social y psicología, en compañía de la dirección trabajar por hacer posible esos sueños, mejorando de esta forma los estados emocionales y así mejorando los procesos cognitivos de las personas mayores.	

Tabla N.15 Actividad multidisciplinaria - Promoción de la salud mental

4.5 Componente Trabajo Social

A continuación, se dan a conocer de manera general las actividades llevadas a cabo desde el Centro de Bienestar Hogar Fundación San Camilo, que permiten conocer los procesos y metodologías con las cuales el profesional del área social desarrolla su intervención, en todo lo relacionado a trámites ante EPS, Registraduría, subsidios y demás entes según la necesidad presentada en las Personas mayores.

4.5.1 Documentación de los beneficiarios

La Fundación Hogar San Camilo cuenta con un software diseñado para manejar de forma digitalizada la información completa por cada adulto mayor, en ella se registran las intervenciones, valoraciones, planes de acción, planes de mejora, seguimientos, controles de enfermería, curaciones y demás actividades realizadas desde los diferentes componentes, nos permite así mantener una base de datos actualizada en tiempo real por adulto mayor.

El proceso de unificación de documentación en físico, se encuentra en la etapa de inicio, recopilando toda la información que maneja cada componente por adulto mayor. Cabe señalar que esta documentación se custodiará en un archivo central donde cada componente podrá solicitar la información que amerite y de la misma manera podrán ir alimentando con información actualizada y realizada desde su área.

Hasta la fecha nos encontramos en la etapa de recopilación de información por componente; ya que la información se manejaba descentralizada; es decir cada componente llevaba una carpeta por cada adulto mayor. A la fecha no se han presentado novedades por ingreso.

4.5.2 Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad

Estas actividades recreativas y de integración están encaminadas al refuerzo de los valores, autocuidado, autoestima, así como contribuir con una mejor calidad de vida del adulto mayor brindándole conocimiento del proceso de envejecimiento desde la esfera social para estimular y mantener sus capacidades.

Para el periodo se desarrollaron una actividad multidisciplinaria con tema Escalera de Sueños cuyo objetivo principal: encontrar un sentido a nuestras vidas. Esta actividad se desarrolló de una manera lúdico recreativa donde cada uno de los residentes participaron de manera activa, independientemente del grado de funcionalidad, cantaron, bailaron, contaron chistes, adivinanzas, coplas y expresaron sus sueño



Ilustración N.17 Jornada multidisciplinaria

4.5.3 Capacitación al personal contratado

Nombre de la actividad	Objetivos	Metodología	Participantes	Resultados
Relación de la Infección del Tracto Urinario en la persona mayor institucionalizado y su Prevención	Establecer una relación de causalidad entre la infección urinaria y el Adulto mayor institucionalizado, evidenciando así la gran prevalencia de bacteriuria que padece esta población. Disminuir el riesgo de bacteriuria en esta población.	Virtual y presencial. se presentaron diapositivas alusivas al tema, se manejó a manera de conversatorio. Hubo retroalimentación.	Auxiliares de Enfermería	Se obtuvo un resultado positivo de la actividad, gracias a la participación activa de la mayoría de la población a quien fue dirigida la actividad (Auxiliares de enfermería). Se creó conciencia de la importancia que tienen las buenas prácticas de cuidado para disminuir la presencia de Infección del Tracto Urinario en nuestra población residente.

Tabla N.16 Capacitación a personal



Ilustración N.18 Capacitación al personal auxiliares de enfermería

4.5.4 Acompañamiento del ingreso del adulto mayor al Centro de Bienestar

Dentro de los procesos administrativos, se cuenta con un protocolo de admisión para las personas mayores considerados nuevos cumpliendo las siguientes etapas:



ETAPA 1INICIAL Desde el momento en que se recibe oficialmente la solicitud de cupo por parte de gestión social

Recibir solicitud de cupo.

2. Contar con acta de visita realizada por el equipo interdisciplinario de la alcaldía distrital. (Oficina Gestión Social).

3. Contar con exámenes de laboratorio y ayudas diagnosticas como: Hemograma completo, Glicemia, VDRL, BK seriado, Rx de Tórax, Electrocardiograma, Prueba de Elisa, Hepatitis B, y en caso de pandemia o epidemia las pruebas necesarias de acuerdo a cada situación microbiológica. En este caso se pedirá resultado de la prueba PCR hisopado nasofaríngeo, para SARS-COV2 (COVID-19), con fecha no mayor a 8 días.

Cumplir con aislamiento preventivo por 14 días.

Contar con la aprobación de cupo por parte del equipo interdisciplinario del Hogar, previa visita domiciliaria, estudio y evaluación de cada caso.

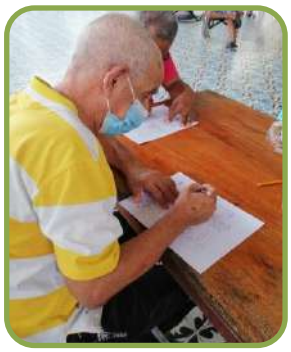


ETAPA SECUNDARIA Una vez sea aceptada la solicitud de cupo se informará de manera inmediata a la funcionaria(o) de la oficina de Gestión Social para que inicien tramites de traslado.

Se determinará en común acuerdo la fecha y hora de ingreso. Cumpliendo con el siguiente horario Lunes a Jueves de 8:00 am a 10:00 am y de 2:00 pm a 4:00pm.

Se recibirá y dará la Bienvenida al nuevo residente por parte del equipo multidisciplinario (Medicina, Enfermería, Psicología, Fisioterapia, Nutrición Trabajo Social, Director Técnico). Se recibirá al nuevo residente con elementos de aseo personal (Jabón de baño, papel higiénico, desodorante, cepillo dental, crema dental, si es varón se adiciona máquina de afeitar dependiendo de su funcionalidad.

Se dará información y descripción detallada de las instalaciones del Hogar, así como horarios dispuestos para la alimentación, baño, dormida, ver Tv, escuchar radio etc. (Temas tratados en el manual de convivencia). Se revisan pertenencias retirando todas aquellas que se encuentren en mal estado y se dotará de prendas de vestir si es el caso. Se explica que debe entregar el documento de identidad al área de enfermería donde será custodiado y manejado para efectos de trámites ante entidades de salud y otros que así



ETAPA FINAL Se realiza seguimiento del adulto mayor de acuerdo al plan de atención que cada componente formula desde su área; teniendo en cuenta, las apreciaciones y diagnósticos que arrojaron las valoraciones realizadas al momento del ingreso.

Ilustración N.19 Etapas del protocolo e ingresos

Según lo anteriormente descrito, se presenta tabla con la gestión de ingreso realizada con las personas mayores durante el periodo.

Gestión de Ingresos			
Etapa Inicial	Etapa secundaria	Etapa final	Acumulado
1	1	1	1

Tabla N.1 Gestión de ingreso

4.5.5 Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos

Actividad desarrollada desde el componente de trabajo social cuyo objetivo principal es fortalecer los vínculos afectivos.

A continuación, se describen las actividades desarrolladas en este periodo:



Ilustración 20 Celebración del día de la mujer

4.5.6 Seguimiento a la gestión documental

Es el proceso donde el trabajador social gestiona la búsqueda de documentos esenciales para el bienestar del adulto mayor, cabe resaltar que el profesional hace revisión mensual sobre el estado de Sisbén IV, el adres en pro de verificar que el 100% de las personas mayores pertenezcan al programa.

En el periodo se evidenció que, de la población beneficiaria de la Fundación Hogar San Camilo, solo 3 personas mayores cuentan con SISBEN IV, el resto de la población aparece aún con puntaje antiguo. Cuatro personas mayores no tienen SISBEN ya que no cuentan con cédula de ciudadanía, para ellos ya se realizó gestión y se inició debido proceso ante Registraduría Nacional; en cuanto a los procesos de EPS, 62 personas mayores cuentan con su servicio de salud activo ante

el ADRES; mientras que se presenta novedad con el ADRES de una de nuestras residentes ya que aparece fallecida en Registraduría, para ella de igual forma se adelanta proceso de restitución de derechos ante el ente respectivo. (Registradora). en espera de respuesta.

Tipo de Trámite	Cantidad de trámites al mes	Acumulado
Gestión de documentos de identidad	3	3
Gestión ante la EPS	1	1

Tabla N.17 Seguimiento de gestión documental

4.5.7 Visitas domiciliarias de ingresos

Dentro de las gestiones del trabajador social se encuentran las visitas domiciliarias y hospitalarias, para posibles ingresos en el Centro de Bienestar Fundación Hogar San Camilo con el fin de indagar sobre la estructura familiar (si aplica), existencia de redes de apoyo, adquisición de recursos para la satisfacción de las necesidades básicas, situación socioeconómica, contexto social, condiciones de habitabilidad del lugar de residencia. Durante el presente mes se ejecutó una visita domiciliaria de ingreso.

Tipo de visita	Cantidad de visita	Total de Visitas realizadas en el mes	Total de visitas acumuladas
Hospitalarias	0	0	0
Domiciliarias	1	1	1

Tabla N.18 Visitas domiciliarias de ingresos

5. ANEXOS FOTOGRAFICOS

Anexo a. Componente Salud




Seguimiento del estado de salud de los beneficiarios




Seguimientos Odontológicos





Taller de autocuidado de salud oral



Actividades de enfermería - Toma de signos vitales





Actividades de enfermería - Hidratación y cuidado de la piel



Actividades de enfermería - Asistencia en la alimentación







Actividades de Trabajo social - Visitas de acompañamiento

Anexo b. Componente Nutrición



Nutrición y Dietética - Tamizaje Inicial





Nutrición y Dietética - Valoración nutricional

Anexo c. Componente de Fisioterapia







Actividades de Fisioterapia - Rutinas grupales de acondicionamiento físico





Actividades de Fisioterapia - Ejercicios de resistencia







Actividades de Fisioterapia – Actividades lúdicas de Motricidad fina





Actividades de Fisioterapia - Taller Describe tu felicidad





Actividades de Fisioterapia - Estimulación cognitiva visual




Actividades de Fisioterapia - Pausas activas

Anexo d. Componente de Psicología





Actividades por Psicología - Seguimientos por Psicología





Actividades de Psicología – Actividades lúdico Pedagógicas – Salud Mental





Actividades de Psicología - Grupos de Fragilidad - Área sensopercepción





Actividades de Psicología - Área de atención y memoria





Actividades de Psicología - Área motricidad

Anexo e. Componente de Trabajo Social





Actividades de Trabajo Social – Visitas de ingreso