TUS ABUELOS BARRANQUILLA SAS
NIT. 900.923.481-5

Sede 70
Tel:
6053862923
Calle 70 38 43

Sede 73
Tel:
6053070700
Calle 73B 39 28

Sede 68
Tel:
6053862795
Kra 57 68 136

Sede 63
Tel:
6053069139
Calle 63B 38 46

Barranquilla - Atlántico

Oficina Administrativa:
Tel: 3012587374

tusabuelosbaq@gmail.com

SECRETARÍA DISTRITAL DE GESTIÓN SOCIAL

PROGRAMA: ADULTO MAYOR

PROYECTO:

CENTRO DE BIENESTAR TUS ABUELOS BARRANQUILLA

INFORME DE GESTIÓN

MES DE AGOSTO

VIGENCIA 2022

1. INFORME DE CENTROS DE BIENESTAR

1.1 Introducción

Dentro del marco legal y dando cumplimiento a lo establecido en La Ley 1315 de 2009 la institución de protección al Adultos Mayor acoge como objeto principal garantizar la atención y prestación de servicios integrales con calidad a las Personas Mayores incluyendo hospedaje, cuidado, bienestar y asistencia social, con el fin de restituir los derechos vulnerados a un sujeto activo de una sociedad.

La atención recibida por cada uno de los beneficiarios se encuentra enfocada en una atención integral, en lo cual reciben una variedad de servicios tangibles e intangibles que contribuyen al bienestar e incremento de la satisfacción de vida. La institución cuenta con una amplia experiencia en la atención a esta población que presentan diversas vulnerabilidades bien sea por su proceso normal de envejecimiento o por circunstancias adversas. Se cuenta con una humanización espacial, que incluye espacios confortables, con la respectiva coloración e iluminación, señalización y orientación del beneficiario entre las diferentes zonas compartidas para el esparcimiento de cada uno de los beneficiarios.

Las Personas Mayores, que ingresan a la institución cuentan con un acompañamiento de protocolo psicosocial con el fin de garantizar la adaptación a cada uno de los procesos y cumplimiento de las normas de convivencia establecidas por la institución con el fin de disminuir los niveles de deserción.

El Plan de Atención Integral, consiste en una estrategia ejecutada a través de tácticas conformado por varios componentes enfocados hacia las necesidades de la Persona Mayor, con el fin de mejorar su condición de salud y su estado de bienestar. Se encuentra conformado con una valoración multidimensional, donde los diversos profesionales desde sus respectivas áreas realizan valoraciones, medidas, revisiones físicas y familiares, en lo cual se permite obtener un conocimiento general del beneficiario.

Sumado a lo anterior la Persona Mayor también cuenta con un lugar físico que incluye alojamiento, servicio de alimentación con el respectivo acompañamiento nutricional, zona de lavado de ropa, área de aseo personal, zonas para el esparcimiento y descanso, zona de enfermería y alojamiento en buenas condiciones.

1.2 Beneficiarios

El CDB Tus Abuelos Barranquilla, busca atender y proteger de manera integral a las Personas Mayores en condición de vulnerabilidad, con el fin de mejorar su calidad de vida, promoviendo un envejecimiento saludable, que se traduzca en una vida digna, plena y participativa.

Los beneficiarios del programa Adulto Mayor, son todos aquellos atendidos en el mes y recibieron valoraciones multidisciplinarias (Medicina, odontología, enfermería, psicología, fisioterapia, trabajo social y nutrición); En el año 2022, se han atendido 50 personas mayores y a cierre del mes de agosto del presente año se reportan 44 activos, se tiene en cuenta que en el mes transcurrido se presentó la novedad de 1 fallecimiento.

1.3 Valoración Multidimensional

Se espera a través de las valoraciones multidimensional, evaluar e identificar el nivel de la funcionalidad de la Persona Mayor y realizar un abordaje oportuno que permitan el diseño de intervenciones individualizadas basadas en las necesidades de cada beneficiario para así fortalecer los seguimientos y tratamientos de las patologías arrojadas con el fin de obtener el mejor estado de bienestar posible de todos los beneficiarios.

Las valoraciones, son realizadas por diferentes áreas de la salud como se observa en el siguiente flujograma, para garantizar la calidad de vida de la población mayor.



1.3.1 COMPONENTE DE SALUD

Con atención en salud, se busca concientizar a la Personas Mayore del autocuidado, realizando charlas y talleres lúdico-pedagógicos, enfocadas en promoción de salud oral y capacitaciones en primeros auxilios.

- **Valoración Médica Inicial**

La primera fase de atención médica en los Centros de Bienestar es determinar el estado de salud del beneficiario en el momento de ingreso, para esto se realiza una valoración inicial a través de la historia médica conocida, exámenes e imágenes diagnósticas de ingreso y la exploración física del mismo, para así determinar el plan de acción sobre la Persona Mayor y contribuir rápidamente a un cambio positivo en su salud que garantice a futuro un envejecimiento saludable.

El Centro de Bienestar tiene un acumulado de ***49 valoraciones iniciales*** realizadas sin nuevos ingresos en el mes de agosto 2022.

- **Valoración inicial de fragilidad**

El Centro de Bienestar tiene un acumulado de ***48 valoraciones*** realizadas; estas son ejecutadas utilizando el instrumento de valoración de fragilidad según Linda Fried, quien estableció 5 criterios para dar un diagnóstico a las Personas Mayores, evaluando la pérdida de peso no intencional, fuerza de agarre, autoreporte de cansancio físico, velocidad en la marcha y actividad física.

CRITERIOS DE FRAGILIDAD			VALORACIONES ACUMULADAS	VALORADOS EN EL MES
Robustos	Prefragil	Frágil		
4	27	17	48	0

Tabla 1 Valoración inicial de fragilidad

- **Seguimiento del estado de salud de los beneficiarios**

Luego de realizar la valoración medicina inicial y establecer el plan de acción de acuerdo con las necesidades encontradas en la Persona Mayor, se realiza un seguimiento continuo para garantizar un envejecimiento saludable de este grupo; actualmente la institución cuenta con un acumulado de **46 Personas Mayores con seguimiento** por primera vez de los cuales 3 fueron realizados en el mes de agosto 2022; También se realizaron 3 controles médicos a diferentes beneficiarios que lo requirieron.

TOTAL, ACUMULADO	TOTAL, SEGUIMIENTOS EN EL MES
46	3

Tabla 2 Seguimientos al estado de salud de los beneficiarios.



Ilustración 1 Seguimiento del estado de salud de los beneficiarios

- **Capacitación de primeros auxilios**

Las capacitaciones en los primeros auxilios, tiene como finalidad dar a conocer conceptos básicos a las personas mayores, para que a futuro estos puedan brindar atención inmediata a quien lo necesite.

NOMBRE DEL TALLER DEL MES	TOTAL, TALLERES ACUMULADOS	TOTAL, TALLERES EN EL MES
Replicando lo aprendido – Brigada de emergencia	3	1
Total	**3**	**1**

Tabla 3 Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios

- **Valoración Odontológica**

La valoración odontológica se realiza de manera integral al momento del ingreso de la Persona Mayor al CDB, esta se hace teniendo en cuenta todos los antecedentes odontológicos y se lleva a cabo un examen estomatológico explorando la región bucal de manera ordenada y sistematizada de afuera hacia adentro y de arriba hacia abajo sin omitir ninguna zona, con ayuda de buena iluminación, guantes desechables y un par de espejos intraorales, esto con la finalidad de emitir un diagnóstico, un pronóstico y un plan de acción para mejorar la calidad de vida de los beneficiarios a nivel odontológico.

En la población de nuestra institución, prevalece las pérdidas dentarias parcial y/o total, lo que causa alteración del sistema masticatorio, afectando el estado nutricional, la salud en general y la calidad de vida de la Persona Mayor.

El CDB tiene un acumulado de ***48 valoraciones*** iniciales ejecutadas hasta el mes de agosto de 2022.

- **Seguimiento Odontológico**

El seguimiento a la salud oral en las Personas Mayores ayuda a la prevención de enfermedades periodontales que puedan afectar la calidad de vida durante el envejecimiento; en el momento que se realiza el seguimiento odontológico, los beneficiarios son examinados para comprobar las enfermedades en las encías y una evaluación de los riesgos de padecer otros problemas de salud oral, por otra parte se realiza una conversación profunda con la Persona Mayor en búsqueda de crear conciencia en los cuidados orales necesarios para su salud oral y garantizar una adultez saludable.

En el centro de bienestar se han realizado ***46 seguimientos odontológicos***, de los cuales 4 se hicieron en el mes de agosto 2022, como se observa en la siguiente tabla:

PERSONAS MAYORES	DIAGNÓSTICOS/PROCEDIMIENTO	TOTAL VALORACIONES ACUMULADAS	VALORACIÓN EN EL MES
Beneficiario 1	Restos radiculares, periodontitis y zonas edéntulas	46	1
Beneficiario 2	Exposición pulpar, restos radiculares, periodontitis y zonas edéntulas		1
Beneficiario 3	Edéntulo total		1
Beneficiario 4	Periodontitis generalizada		1
Total			**4**

Tabla 4 Seguimiento odontológico por Centros de Bienestar



Ilustración 2 Seguimientos odontológicos

- **Talleres de Promoción de la salud oral**

Los talleres educativos, son espacios de aprendizaje y recreación por medio de los cuales, se abordan temas de interés en relación con la salud oral de las Personas Mayores, además, se busca generar conciencia en cada uno de ellos, sobre la importancia que tiene la higiene bucal en la calidad de vida de esta etapa del ciclo vital.

Actualmente el centro de bienestar ha realizado ***6 talleres de este tipo***, los cuales 1 de ellos se realizó en este periodo.

NOMBRE DEL TALLER DEL MES	TOTAL TALLERES ACUMULADOS	TOTAL TALLERES EN EL MES
Muelitas tapadas	6	1

Tabla 5 Ejecución de talleres de salud oral



Ilustración 3 Talleres en salud oral

A continuación, se describe el objetivo y metodología:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS OBTENIDOS
Muelitas tapadas	Reconocer e identificar los elementos principales para la higiene oral.	Se realizó una actividad grupal, en la cual fueron cubiertos los ojos de las Personas Mayores con imágenes, sin poder ver lo que estaba a su alrededor, sobre una mesa, se encontraron diferentes elementos relacionados con la salud oral y eligiendo uno al azar, el participante debía exponer a sus compañeros la función de este.	Los beneficiarios conocieron la técnica de cepillado correcta acorde a sus necesidades

Tabla 6 Talleres de Promoción de la Salud Oral

- **Otras actividades de salud – Cuidados de Enfermería**

En el mes de agosto 2022 de acuerdo con la gestión individualizada de las Auxiliares de Enfermería, se realizó la asistencia integral que requiere la Persona Mayor, teniendo en cuenta su grado de dependencia, a continuación, se refiere las actividades realizas y su acumulado:

CUIDADOS DE ENFERMERÍA	GESTIÓN ACUMULADA	MES ACTUAL
Control de signos vitales	301	42
Toma de Glucometrías	25	6
Administración de medicamentos	286	40
Curaciones	14	3
Asistencia de aseo personal	221	34
Total	**847**	**125**

Tabla 7 Atención por Enfermería



Ilustración 4 Cuidados de enfermería

1.3.2 COMPONENTE DE NUTRICIÓN

La nutrición en la tercera edad es fundamental para el mantenimiento y la funcionalidad de los órganos, retrasando la aparición o progresión de enfermedades metabólicas, por lo que se realizan ciclos de minutas, acompañamientos, valoraciones, capacitaciones, seguimientos, entre otras actividades teniendo en cuenta los requerimientos de este grupo etario y garantizar un envejecimiento saludable a todas las Personas Mayores que hacen parte del Programa del Adulto Mayor.

- **Tamizaje inicial**

El tamizaje inicial se realiza con la intención de identificar patologías nutricionales en las Personas Mayores y establecer un plan de acción para mejorar o mantener el diagnóstico reconocido; esta es realizada teniendo en cuenta el diagnóstico base, medicación y hallazgos bioquímicos/ clínicos y alteraciones relacionadas con la alimentación del beneficiario, seguido se realizan todas las medidas antropométricas (peso, talla, imc, circunferencia de brazo y pantorrilla, desgaste muscular) y se establece el diagnóstico nutricional y recomendaciones dietéticas para iniciar el plan de acción y mejorar el estado nutricional de la Persona Mayor, como se nombró anteriormente.

El CDB tiene un acumulado de ***48 tamizajes*** iniciales ejecutadas hasta el mes de agosto 2022, como se observa en la siguiente tabla:

	TAMIZAJE NUTRICIONAL INICIAL										
	DNT Leve	**DNT Moderada**	**DNT Severa**	**Peso Insuficiente**	**Normal**	**Sobrepeso**	**Obesidad I**	**Obesidad II**	**Obesidad III**	**TOTAL ACUMULADOS**	**TOTAL TAMIZADOS EN EL MES**
Total	3	2	6	14	15	3	3	1	1	48	0

Tabla 8 Tamizaje inicial en Centros de Bienestar

- **Valoración nutricional**

Dado que en los tamizajes iniciales de la población en ocasiones se encuentran dentro de un estado de malnutrición, es necesario realizar intervenciones individuales para determinar un diagnóstico y así ayudar al mantenimiento y/o mejoramiento del estado nutricional de las Personas Mayores.

Este abordaje tiene como objetivo identificar signos de alarmas, tales como: perdida involuntaria de peso y cambios en la ingesta de alimentos; además de educar con base a los adecuados hábitos alimentarios que promuevan el envejecimiento activo con cambios y mejoramiento en su estilo de vida. Por eso es necesario tomar las medidas antropométricas, entrevistar sobre la funcionalidad de la Persona Mayor en su situación alimentaria y el cribado nutricional (Mini Nutritional Assessment), como se relacionan en el siguiente flujograma:



El Centro de Bienestar, tiene un acumulado de ***47 valoraciones nutricionales*** realizadas, de las cuales 3 se desarrollaron en el periodo actual, como se observa en la siguiente tabla:

TOTAL VALORACIONES ACUMULADAS	TOTAL VALORADOS EN EL MES
47	3

Tabla 9 Valoración Nutricional



Ilustración 5 Valoración Nutricional a Beneficiarios

- **Actividades según los resultados de fragilidad**

La fragilidad es un proceso que conlleva a la discapacidad que muestra vulnerabilidad y tendencia a la disminución funcional de las personas mayores, en el estado nutricional puede ser evidente con la aparición de pérdida de peso involuntaria, colocando en riesgo el diagnóstico nutricional de la Persona Mayor. Es importante conocer, que, a pesar de poseer un estado nutricional normal, se puede presentar fragilidad teniendo en cuenta la evaluación multidisciplinar según los criterios de esta escala. Así mismo, las personas mayores con déficit nutricional presentan mayor porcentaje de fragilidad debido a la pérdida de masa muscular, la cual afecta la movilidad y la incapacidad de realizar diferentes actividades de la vida diaria.

En el mes de agosto 2022, se realizó una actividad según los criterios de fragilidad, con la finalidad de concientizar a las personas mayores sobre los cuidados necesarios para evitar riesgos de fragilidad.

TOTAL ACUMULADAS	TOTAL REALIZADAS EN EL MES
4	1

Tabla 10 actividades de fragilidad ejecutadas

A continuación, se describe la temática utilizada con su objetivo y la metodología utilizada:

CRITERIOS DE FRAGILIDAD		
ROBUSTO	**PREFRAGIL**	**FRÁGIL**
Tema: La relación entre nutrición y fragilidad		
Se inició la actividad, con una breve socialización hacia las personas mayores, sobre la relación entre nutrición y fragilidad, seguido se compartió con ayuda de diapositivas, el decálogo de una dieta saludable para las personas mayores, debido a que tener malos hábitos alimenticios, tienden a afectar el rendimiento de estos incidiendo riesgos físicos, al finalizar se entregaron folletos a los participantes con la información de la charla, todo esto con el objetivo recordar la importancia de una dieta saludable para detener la aparición de cansancio, disminución de fuerza, lentitud de la marcha y reducción en la actividad física, aspectos que deterioran la salud de la persona mayor en sus actividades de la vida diaria.	Se organizaron los participantes de la actividad, , y el profesional a cargo con ayuda de diapositivas, brindó estrategias con la finalidad de recordar a las personas mayores pre frágiles la importancia de una buena alimentación y así detener el riesgo de fragilidad. Luego se realizó un debate para resolver inquietudes según lo observado; Seguido, la persona encargada de la dinámica realizó una cartelera con diferentes frases, para que los participantes completaran la oración teniendo en cuenta lo asimilado durante el video, y combatir así síntomas asociados a una mala alimentación.	Se realizó una pequeña obra de teatro con los cuidadores del Centro de Bienestar, personificando el programa "Segurito come de todo" – https://youtu.be/fU3Qv7u2iew y así recordar a las personas mayores frágiles, la importancia de una dieta saludable para mantener un adecuado estado de salud, y detener la aparición de cansancio, disminución de fuerza, lentitud, entre otros.

Tabla 11 Actividades de Fragilidad



Ilustración 6 Actividad de fragilidad a las personas mayores

- **Seguimiento y control sobre el estado nutricional de los Adultos Mayores activos**

El seguimiento es una herramienta fundamental posterior a la toma de datos antropométricos, donde se diagnostica el estado nutricional del beneficiario y se identifica si hubieron cambios en el peso, perdida del apetito, intolerancias o alguna eventualidad que comprometa el estado nutricional de la Persona Mayor; terminada esta sección se realiza una entrevista al beneficiario de según su funcionalidad mental y se describe en un seguimiento el modelo de intervención para mejorar o mantener la situación nutricional y alimentaria de las personas mayores incluidos en el control.

Al periodo actual se han realizado ***47 seguimientos***, de los cuales 9 corresponden al mes de actual, como se observa en la siguiente tabla:

	SEGUIMIENTO Y CONTROL AL ESTADO NUTRICIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES										
	DNT Leve	DNT Moderada	DNT Severa	Peso Insuficiente	Normal	Sobrepeso	Obesidad I	Obesidad II	Obesidad III	TOTAL ACUMULADOS	TOTAL TAMIZADOS EN EL MES
Total	1	4	3	15	16	3	3	1	1	47	9

Tabla 12 Seguimiento y Control sobre el estado nutricional de las Personas Mayores.



Ilustración 7 Seguimiento y control al estado nutricional

- **Aprovechamiento de las raciones alimentaria**

Las preparaciones alimenticias ofrecidas a las personas mayores deben ser acordes con los requerimientos energéticos y de nutrientes establecidos para esta población por parte del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar a través de la Resolución 3803 de 2016.

Se proyecta hasta la fecha de terminación del mes de agosto 2022, un total de 6.976 raciones servidas y 6.967 raciones consumidas, para un aprovechamiento del 100%, en el presente mes se tuvo una novedad de un fallecido. Adicional a lo anterior, alguno de los residentes que presentan tratamientos con sus respectivas entidades de salud al momento de la entrega de la merienda es descontada de las proyectadas para evitar los sobrantes y mantener el margen del aprovechamiento de las raciones, sin embargo, con el fin de garantizar el porcentaje de nutrientes en el día se compra una merienda que cumpla con los estándares establecidos por la institución a beneficio de la persona mayor.

En la siguiente tabla, se puede observar con detalle las raciones del mes y lo acumulado hasta la fecha.

	RACIONES DEL MES			RACIONES ACUMULADAS		
	RACIONES SERVIDAS	RACIONES CONSUMIDAS	% DE APROVECHAMIENTO	RACIONES SERVIDAS	RACIONES CONSUMIDAS	% DE APROVECHAMIENTO
TOTAL	6.821	6.811	100%	44.117	43.691	100%

Tabla 13 Aprovechamiento de Raciones Alimentarias



Ilustración 8 Ración alimentaria

- **Otras Actividades de nutrición - Suplementos nutricionales**

En el mes actual el CDB Tus Abuelos Barranquilla, cuenta con 3 beneficiarios con suplemento nutricionales, entregado a través de su entidad prestadora de salud, lo cual ha permitido mantener su diagnóstico nutricional.

En la siguiente tabla se relacionan la cantidad de Personas Mayores con suplemento y el acumulado de suplementos entregados.

PERSONAS MAYORES CON SUPLEMENTO NUTRICIONAL EN EL MES	TOTAL SUPLEMENTOS DEL MES	TOTAL ACUMULADO DE SUPLEMENTOS
3	142	735

Tabla 14 Entrega de suplemento



Ilustración 9 Entrega de suplemento

- **Capacitación a Manipuladores**

La responsabilidad del Manipulador de Alimentos es necesaria para alcanzar una de las metas fundamentales en la preparación de las minutas como lo es la inocuidad de los alimentos, por esto, mensualmente se realizan capacitaciones al encargado del área de la cocina sobre diferentes temáticas de su competencia.

A continuación, se describe la actividad realizada en el mes de agosto 2022:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS OBTENIDOS
Conservación y almacenamientos de alimentos	Garantizar que la alimentación de las personas mayores, sean procesadas con todas las medidas sanitarias.	Se socializó con el Manipulador de Alimentos la manera adecuada de conservar y almacenar los alimentos y de esta manera, garantizar que la alimentación de las personas mayores sea procesada con todas las medidas sanitarias	Luego de la socialización se logró el objetivo de garantizar la conservación adecuada de los alimentos de las personas mayores

Tabla 15 Capacitación al personal Manipulador



Ilustración 10 Capacitación al personal contratado

1.3.3 COMPONENTE DE PSICOLOGÍA

Durante el proceso de envejecimiento se experimentan cambios fisiológicos, físicos y psicológicos propios de la transición del individuo a través del ciclo evolutivo de la vida, por eso es fundamental el acompañamiento psicológico para garantizar la salud mental de las personas mayores, a través de un acompañamiento psicosocial.

A continuación, se presentan las actividades establecidas en el mes de agosto 2022.

- **Valoración inicial**

La valoración inicial de psicología se realiza utilizando dos herramientas que permiten identificar factores de deterioro cognitivo y el estado emocional y mental de las personas mayores al ingresar al CDB.

El Centro de Bienestar, tiene un acumulado en la prueba Mini - mental de ***48 valorados***, y en la Escala de Depresión Geriátrica Yesavage ***27 valorados***. Es Importante resaltar que 22 beneficiarios no cumplieron con la aplicabilidad de la escala de depresión Yesavage, debido a su avanzado deterioro cognitivo que impide obtener las respuestas establecidas en esta.; Por otra parte, en el periodo actual se reporta igual acumulado, sin nuevos ingresos.

Test de Mini-mental:

El test mini mental, es una prueba que se aplica a las personas mayores para detectar el deterioro cognitivo y poder actuar oportunamente para detener o mantener el grado de discapacidad de los beneficiarios:

DETERIORO COGNITIVO LEVE A MODERADO 24 – 10	DETERIORO MODERADO A SEVERO 9 – 6	DETERIORO COGNITIVO SEVERO 6– 0	TOTAL VALORACIONES ACUMULADAS	TOTAL VALORADOS EN EL MES
25	5	18	48	0

Tabla 16 Valoración de Test Minimental

Escala de Depresión Geriátrica Yesavage:

La escala de depresión geriátrica tiene la particularidad que explora únicamente síntomas cognoscitivos de episodios depresivos de las personas mayores, realizando un interrogatorio de respuestas dicotómicas, puntuando la coincidencia con el estado depresivo, es decir, las afirmativas para los síntomas negativos y las negativas para las cuestiones normales. A continuación, se describe el acumulado hasta la fecha:

YESAVAGE				
NORMAL 0-5	PROBABLE DEPRESIÓN 6 – 9	DEPRESIÓN 10 O MÁS	TOTAL VALORACIONES ACUMULADAS	TOTAL VALORADOS EN EL MES
22	5	0	27	0

Tabla 17 Escala de Depresión Geriátrica Yesavage.

- **Acompañamiento Psicosocial**

Este proceso consiste en acompañar y asesorar a las personas mayores brindándole escucha empática, espacio para hacer catarsis mediante expresión de su sentir y proporcionándole herramientas que le permitan avanzar satisfactoriamente, periódicamente se verificará que evoluciona

adecuadamente para reforzar y consolidar los cambios y mejoras de las Personas Mayores.

Hasta la fecha, en el Centro de Bienestar se tiene un acumulado de ***44 acompañamientos*** realizados, de los cuales 2 se ejecutaron por primera vez.

TOTAL ACOMPAÑAMIENTOS EN EL MES	TOTAL ACOMPAÑAMIENTOS ACUMULADAS
2	44

Tabla 18 Acompañamientos Psicosociales



Ilustración 11Acompañamiento psicosocial

- **Actividades dirigidas a la persona mayor según criterio de fragilidad**

Con este tipo de actividades, el profesional en Psicología tiene como enfoque principal, fortificar las funciones cognitivas de los beneficiarios, con el fin de mantener o disminuir los riegos de fragilidad y vulnerabilidad en esta de etapa. El CDB tiene un acumulado de 4 actividades dirigidas a las Personas Mayores según criterio de fragilidad, de las cuales 1 se realizó en el mes de agosto 2022, titulada ¡Dormir adecuadamente es vital!:

ROBUSTO	PREFRAGIL	FRÁGIL
Tema: Higiene del sueño en las personas mayores	**Tema: ¿Cómo prevenir la falta de sueño en las personas mayores**	**Tema: La importancia de dormir bien en las personas mayores**
La actividad se ejecutó realizando una charla, en la cual se expuso la importancia de dormir adecuadamente según lo indica el decálogo para la higiene del sueño, se entregaron folletos a cada participante para llamar la atención y despertar el interés en el tema, todo esto se realizó con el objetivo de identificar las principales recomendaciones para prevenir o detener alteraciones en el sueño en las personas mayores robustas.	El abordaje de esta actividad, se realizó proyectando diapositivas, donde se observaron diferentes estrategias para sensibilizar a las personas mayores pre frágiles, sobre la importancia del sueño en su diario vivir y así detener el riesgo de fragilidad; también la persona encargada de la dinámica realizó una cartelera con diferentes frases, para que los participantes completaran la oración teniendo en cuenta lo asimilado durante la exposición y al finalizar se realizó un debate para resolver inquietudes y lograr el objetivo planteado inicialmente de sensibilizar a las personas mayores pre frágiles sobre la importancia de un buen sueño.	En esta actividad se realizó una obra de teatro con los cuidadores del hogar, personificando el programa "Segurito – Importancia del buen dormir", https://youtu.be/Xg3OxvJLmtc y así de manera didáctica concientizar a las personas mayores de la importancia de dormir bien; al finalizar la actividad se brindó espacio para compartir con los compañeros, aquí reconocieron lo asimilado, identificando que presentan síntomas de falta de sueño.

Tabla 19 Actividades dirigidas a la Persona Mayor según criterio de fragilidad de Psicología



Ilustración 12 Actividad de fragilidad en psicología

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

En el mes de agosto, se realizó una actividad dirigida a las Personas Mayores, teniendo como objetivo la promoción de la salud mental, que permitieron estimular sus funciones mentales, generando su participación en esta área y el reconocimiento de sus emociones.

A la fecha en la institución se tiene un acumulado de ***(6) actividades realizadas***, de las cuales 1 se desarrolló en el periodo actual como se observa a continuación.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	RESULTADOS
"EL ADULTO MAYOR FUENTE DE SABIDURIA Y AMOR"	Para realizar esta actividad el profesional pide a las personas mayores que se reúnan alrededor de una mesa en la que estarán sentados. Les indica que cuentan con 4 dibujos "árbol", "casa" "manzana", " y " balón" El profesional se ubicó cerca de la mesa y proporcionó a cada uno de los participantes colores para completar los dibujos, los cuales una vez terminados los mencionaron uno por uno y cada beneficiario indicó un aporte que proporciona ese elemento en sabiduría o consejo , por ejemplo: "El árbol", medicinal y recomiendo: "el de hierba santa para la garganta", luego otra Persona Mayor continua con el otro el dibujo que se completo dice es un balón, " juega si quieres llegar a ser una buena persona". Si es manzana dice: "come manzanas para una vida sana". Si es una casa dice" "Esta es mi casa, se me ama y se me abraza" y así sucesivamente con todos los dibujos; con el fin de propiciar espacios para valorar lo que representa llegar a la vejez, el significado de las canas, el lenguaje de la sabiduría y el legado que como personas mayores aportan a los demás compañeros del Centros de Bienestar

Tabla 20 Actividades lúdico - pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental.



Ilustración 13 Actividad lúdica para los beneficiarios

1.3.4 COMPONENTE DE SALUD FÍSICA

La salud física consiste en el mantenimiento de diferentes habilidades de las Personas Mayores para realizar las actividades de la vida diaria, para preservar la independencia y funcionalidad de este grupo etario, para esto se realizan mensualmente diferentes acciones tales como valoraciones, acompañamientos individualizados, rutinas grupales , pausas activas, actividades de funcionalidad, teniendo en cuenta el grado de dependencia de la persona mayor y garantizar su envejecimiento activo y saludable.

- **Valoración inicial**

La valoración inicial de salud física se realiza para determinar el grado de dependencia de la Persona Mayor al realizar las actividades cotidianas, y de

acuerdo con este resultado se determina el plan de acción que se desarrollará durante su estancia en el Centro De Bienestar.

El Centro de Bienestar Tus Abuelos Barranquilla S.A.S, tiene un acumulado de ***27 valoraciones*** iniciales realizadas según la escala de Tinetti y de acuerdo con el Indice de Barthel ***48***, como se puede observar en las siguientes tablas:

ÍNDICE DE TINETTI		TOTAL VALORACIONES ACUMULADAS	TOTAL VALORADOS EN EL MES
RIESGO DE CAÍDA	ALTO RIESGO DE CAÍDA		
5	22	27	0

Tabla 21 Valoraciones Iniciales con el Índice de Tinetti

INDICE DE BARTHEL					TOTAL VALORACIONES ACUMULADAS	TOTAL VALORADOS EN EL MES
DEPENDENCIA				INDEPENDENCIA		
TOTAL	SEVERA	MODERADA	LEVE			
13	13	15	3	4	48	0

Tabla 22 Valoraciones Iniciales con el Índice de Barthel

- **Atención Individualizada**

Las atenciones individualizadas, brindan a las personas mayores refuerzos para mantener un acondicionamiento físico a nivel muscular, de coordinación y postura, por medio de las diferentes técnicas de facilitación propioceptivas aplicadas según sea el caso a cada beneficiario.

El Centro de Bienestar Tus Abuelos Barranquilla S.A.S, actualmente tiene un acumulado de ***45 atenciones individualizadas*** realizadas, de las cuales 11 se ejecutaron en el mes actual.

TOTAL ATENDIDOS EN EL MES	TOTAL ATENCIONES ACUMULADAS
11	45

Tabla 23 Total atenciones individualizadas ejecutadas



Ilustración 14 Atención individualizada

- **Rutinas grupales de acondicionamiento físico**

Las rutinas grupales, brindan a las personas mayores motivación para realizar este tipo de actividades, donde se ejecutan ejercicios con patrones unilaterales y bilaterales utilizando diferentes técnicas de facilitación propioceptiva con primera y segunda diagonal donde se trabaja el cuerpo de manera integral.

El Centro de Bienestar Tus Abuelos Barranquilla, tiene un acumulado de ***18 rutinas grupales de acondicionamiento físico*** realizadas, de las cuales 3 se desarrollaron en el mes de agosto 2022, como podemos observar en la siguiente tabla:

NOMBRE DE LAS RUTINAS EN EL MES	RUTINAS EN EL MES	ACUMULADO DE RUTINAS
Balón terapia	3	18
Dar en el blanco		
Mejorando la movilidad y rigidez muscular		

Tabla 24 Cantidad de Rutinas grupales de acondicionamiento físico



Ilustración 15 Rutina de acondicionamiento físico

- **Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad**

En las actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad, se trabajan diferentes esquemas al mismo tiempo como la concentración, destreza manual y patrón flexor, terminando con movimientos antagonistas, lo que ayuda a mantener la elongación y arcos de movimiento que redundarían en la independencia de las personas mayores en las actividades de la vida diaria.

El Centro De Bienestar Tus Abuelos Barranquilla, tiene un acumulado de ***18 actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad*** realizadas, de las cuales 3 se desarrollaron en este periodo, como podemos observar en la siguiente tabla:

NOMBRE DE LAS ACTIVIDADES EN EL MES	RUTINAS EN EL MES	ACUMULADO DE RUTINAS
Memorama casero	3	18
Ritmo con vasos		
Activando mi imaginación		

Tabla 25 Actividades para el mantenimiento de la funcionalidad ejecutadas por Centros de Bienestar.



Ilustración 16 Actividad para el mantenimiento de la funcionalidad

- **Actividades dirigidas según el criterio de fragilidad**

La fragilidad está relacionada como un síndrome asociado a la vejez, que potencia las comorbilidades y discapacidades de la Persona Mayor, las cuales se atribuyen a varios factores físicos que incluyen el enlentecimiento y la perdida de la amplitud al movimiento, desequilibrio, disminución de fuerza, entre otros factores, que al ser detectados oportunamente se puede detener riesgos de fragilidad

Actualmente el Centro de Bienestar, se tiene un acumulado de ***4 actividades según el criterio de fragilidad***, de las cuales 1 se realizó en el mes de agosto 2022.

ROBUSTO	PREFRAGIL	FRÁGIL
Tema: MANTENIMIENTO EN LA VELOCIDAD DE LA MARCHA	**Tema: COORDINACIÓN EN LA MARCHA**	**Tema: GIMNASIA PASIVA**
Las personas mayores robustas siendo dirigidas, debían caminar en una línea recta, marcada con cinta de color en el suelo, sin salirse de ella en el menor tiempo posible, con la finalidad de mantener el equilibrio y la marcha para para prevenir el alto riesgo de caída, al finalizar se logró el objetivo establecido inicialmente.	Las personas mayores realizaron circuitos de ejercicios utilizando obstáculos con una distancia entre sí, los participantes debían caminar en zigzag, sin derribar ni tocar los obstáculos encontrados en el suelo, con el objetivo de mantener el equilibrio y la marcha para para prevenir el alto riesgo de caída, en las personas mayores pre frágil.	Se utilizó el dispositivo tens de forma intermitente en aquellas personas mayores frágiles por un tiempo de 30 minutos para estimular fibras y raíces nerviosas en este criterio.

Tabla 26 Actividades enfocadas en fragilidad realizadas desde Salud Física



Ilustración 17 Actividad en fragilidad en salud fisica

- **Pausas Activas**

Las pausas activas contribuyen a las personas mayores a mantenerse en forma, contrayendo grupos musculares donde se realizan estiramientos y movimientos en contra de gravedad para mantener un mejor estado físico.

El Centro de Bienestar Tus Abuelos Barranquilla S.A.S, tiene un acumulado 180 de pausas activas realizadas, de las cuales 30 se desarrollaron en el mes de agosto 2022.

PAUSAS ACTIVAS EN EL MES	CANTIDAD DE PAUSAS ACTIVAS ACUMULADAS
30	180

Tabla 27 Pausas activas acumuladas por Centros de Bienestar.



Ilustración 18 Pausas activas

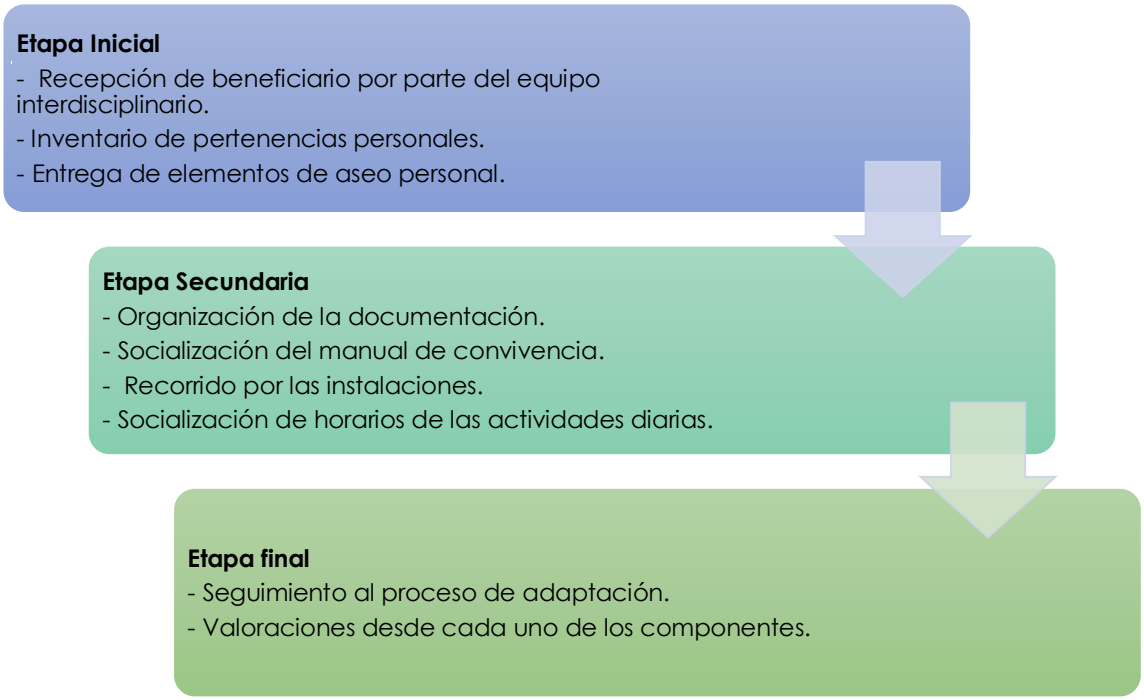
1.3.5 COMPONENTE DE TRABAJO SOCIAL Y/O DIRECCIÓN TÉCNICA

El profesional en trabajo social hace parte del equipo multidisciplinario que representa la atención psicosocial de la persona mayor, con el objetivo de ayudar al desarrollo de relaciones interpersonales de manera saludable con su entorno y fomentar los cambios sociales que permitan a este grupo etario tener una mejor calidad de vida. Velando por que se cumplan y respeten los derechos de los beneficiarios juntamente con el resto del equipo.

A continuación, son nombradas las actividades realizadas:

- **Acompañamiento del ingreso de la Persona Mayor al Centro de Bienestar**

Los acompañamientos de ingresos al CDB, se desarrolla en varias etapas de manera integral, logrando así una motivación futura en la participación de las actividades programadas encaminadas al mejoramiento de la calidad de vida y buenas relaciones interpersonales de los beneficiarios; el proceso de acompañamiento de realiza de la siguiente manera:



Esquema 1 Protocolo de ingreso

- **Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos**

Estas actividades se encuentran enfocadas en reconocer las necesidades de socialización y recreación de la Persona Mayor; promoviendo el fortalecimiento de vínculos afectivos entre los residentes, como actores activos que propician espacios generadores de experiencias positivas por medio del aprendizaje que busca hacerlos participes dentro de la sociedad.

Actualmente han realizado ***6 actividades*** de este tipo y 1 de ellas se realizó en el mes de agosto 2022; En la actividad, se logró el objetivo de aprovechar el tiempo de ocio y relajar a los beneficiarios compartiendo sanamente las instalaciones del Centro de Bienestar.

A continuación, se describe el objetivo y metodología.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	OBJETIVO	RESULTADOS
Adivina la acción	Estimular la comunicación, la cooperación y la interacción de las personas mayores con su entorno.	Se logró el objetivo de estimular la comunicación y la interacción de las personas mayores con su entorno, a través de las actividades lúdico pedagógicas, donde todos pudieron intervenir.

Tabla 28 Actividades de Recreación en el Centros de Bienestar



Ilustración 19 Actividad de recreación y fortalecimiento de vínculos

- **Gestión documental y trámite ante la EPS**

Se debe garantizar el seguimiento continuo a las necesidades que presenta la persona mayor, razón por la cual, el componente de trabajo social y/o dirección técnica realiza la gestión y seguimiento documental a todos los beneficiarios activos, llevando un seguimiento continuo del estado en el que se encuentra cada uno, para realizar las acciones pertinentes garantes de los derechos fundamentales de la Persona Mayor.

Actualmente el CDB, tiene un acumulado de ***38 gestiones realizadas***, referente a la consecución de documentos de identidad, afiliación a EPS, Sisbén, entre otros.

(8) Proceso de plena identidad.

(10) Duplicados de documento de identidad exitosos.

(4) Categorización en Sisbén IV.

(7) Revisión de documento de identidad.

(2) Proceso de portabilidad.

(1) Cambio de régimen contributivo al subsidiado.

(6) Afiliación a entidad prestadora de salud.

En el periodo actual (2) Personas Mayores obtuvieron la afiliación a su EPS, con su nuevo documento de identidad, ya que anteriormente estaba identificado con código censal.

GESTIÓN DE DOCUMENTO DE IDENTIDAD	ANTE LA EPS	Gestión SISBEN IV	GESTIÓN VINCULACIÓN PROGRAMA DE SUBSIDIO DISTRITAL	TOTAL ACUMULADO DE TRAMITES GESTIONADOS	TOTAL TRAMITES GESTIONADOS EN EL MES
25	9	4	0	38	2

Tabla 29 Gestión documental y Trámite ante la EPS.

- **Visitas domiciliarias de ingreso**

Las visitas domiciliarias de ingreso, son realizadas por el Director Técnico, Coordinador de Enfermería y/o encargado de Trabajo Social, para dar continuidad a la ruta de ingreso de la persona mayor al Centro De Bienestar, recolectando información y así organizar un expediente teniendo de referencia el lugar donde reside y ejecuta las actividades cotidianas de la Persona Mayor.

La institución, tiene un acumulado de ***50 visitas domiciliarias*** realizadas como se puede observar en la siguiente tabla:

TIPO DE VISITA	TOTAL, DE VISITAS REALIZADA EN EL MES	TOTAL DE VISITAS ACUMULADAS
Domiciliaria	0	50
Intrahospitalaria	0	0
TOTAL	**0**	**50**

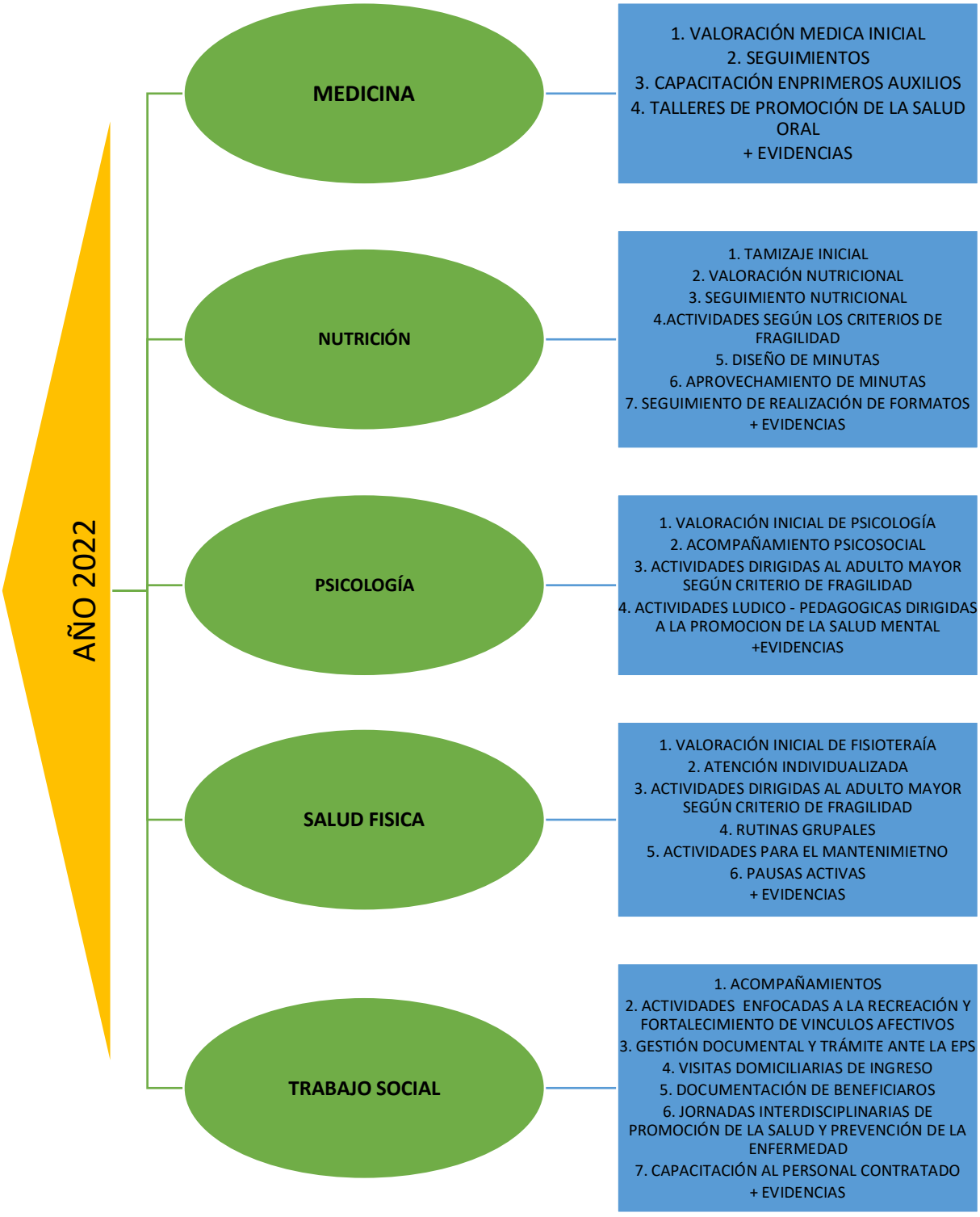
Tabla 30 Visitas domiciliarias de Ingreso

En el mes de agosto 2022, continuamos con el mismo acumulado de visitas realizadas, sin nuevos ingresos.

- **Documentación de beneficiarios**

Se refiere a los archivos de cada beneficiario del Centro de Bienestar, como evidencia de su participación en las diferentes actividades, individuales y grupales desde su ingreso.

Este archivo se encuentra centralizado de manera digital por los diferentes componentes que hacen parte de la atención integral de la Persona Mayor, como se observa en el siguiente esquema:



Esquema 2 Documentación de Beneficiarios en los Centros de Bienestar

- **Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad**

Las jornadas interdisciplinarias tienen como finalidad, contribuir a la calidad de vida de la Persona Mayor a través de actividades y/o talleres con enfoque integral sobre un tema en especial, desarrollado por diferentes profesionales de la salud, que hacen parte del equipo de trabajo de la institución.

Se tiene un acumulado de ***6 jornadas interdisciplinarias*** realizadas, de las cuales 1 se ejecutó en el mes de agosto 2022; El taller fue titulado "Aprendiendo a envejecer saludablemente", teniendo un objetivo en común de psico educar y fomentar el envejecimiento activo y saludable de los beneficiarios del CDB.

A continuación, se describe por componente el objetivo y metodología de la actividad realizada:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	OBJETIVO	RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD
Aprendiendo a envejecer saludablemente	Promover hábitos de vida saludables en personas que transitan la tercera edad	Se logró el objetivo de promover hábitos de vida saludables en personas mayores, desde diferentes áreas de la medicina.

Tabla 31 Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad en el Centro de Bienestar.



Ilustración 20 Atención interdisciplinaria

- **Capacitación al personal contratado**

Las capacitaciones al personal contratado es una herramienta formativa que permite desarrollar competencias al trabajador, las cuales fortalecen el buen desempeño en el quehacer diario; contribuyendo a la calidad del servicio

ofrecido a los beneficiarios por medio de las actualizaciones de las normativas y/o socialización de nuevos conceptos de temas generales.

El Centro de Bienestar, tiene un acumulado de ***5 capacitaciones*** realizadas al personal contratado, de las cuales 1 se efectuó en el mes de agosto 2022.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	OBJETIVO
La vocación del cuidador acompañada de respeto y amor	Sensibilizar al cuidador a ejercer su labor de manera profesional y con calidad humana

Tabla 32 Capacitaciones al personal contratado en Centros de Bienestar

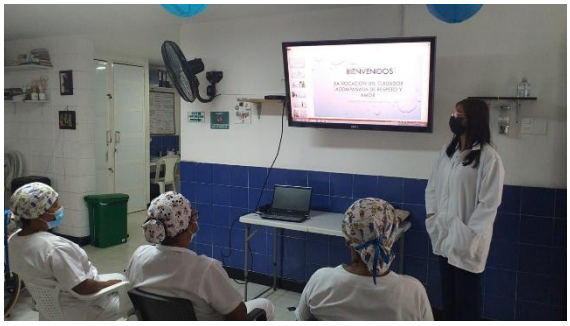


Ilustración 21 Capacitación al personal contratado

Anexo fotográfico:

COMPONENTE DE SALUD:



Seguimientos Odontológico



Capacitación Medicina General



Promoción de Salud Oral

COMPONENTE DE NUTRICIÓN:



Actividad según los criterios de fragilidad



Garantizando que las auxiliares que asisten a las personas mayores en su alimentación utilicen los guantes



Seguimientos nutricionales

COMPONENTE SALUD FÍSICA:



Actividades para la funcionalidad



Actividades para la funcionalidad



Actividades grupales

COMPONENTE DE PSICOLOGÍA



Acompañamiento psicosocial



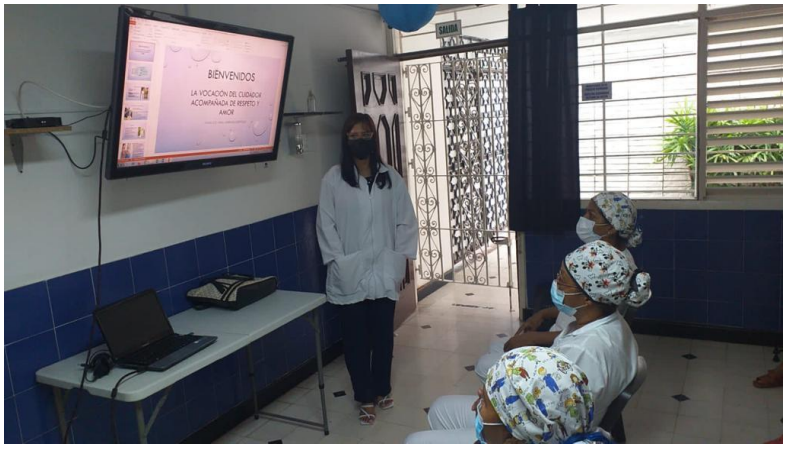
Actividades lúdico - pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental

COMPONENTE DE TRABAJO SOCIAL:





Jornada interdisciplinaria



Capacitación al personal contratado



Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos