INFORME DE ACTIVIDADES
FUNDACIÓN CENTRO VIDA PARA EL ADULTO MAYOR
SEMILLAS DE FÉ Y ESPERANZA

PERIODO DE INFORME
OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

MARTHA LUISA RIVERA
Representante Legal

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

INTRODUCCIÓN

El Centro Vida Fundación Semillas de Fe y Esperanza, se ha consolidado como uno de los mejores lugares para la atención integral del adulto mayor en el municipio del Socorro, que en conjunto con el equipo humano y apoyo profesional se han logrado las metas dando cumplimiento a lo establecido en la normatividad vigente y con las necesidades y cuidados que requieren nuestros abuelos. Es así, como los programas van de la mano con las políticas públicas generadas para la atención de la población de la tercera edad establecidas en la Ley 1276 de 2009 y sus normas reglamentarias.

Para el periodo del presente informe, La Fundación Semillas de Fe y Esperanza, plantea diversas actividades encaminadas a tratar las dificultades que presentan los adultos mayores en la actualidad como deterioros físicos y mentales, pérdida de relaciones familiares e interpersonales, debido a que carecen tanto ellos como sus familiares de información y preparación para cuidar y proteger su entorno biopsicosocial; es por esto que mejoramos los programas existentes de alimentación- nutrición, atención primaria en salud, Actividad física y de interacción social, Actividad cognitiva y productiva, Actividad recreativa y cultural, aseguramiento en salud, encuentros intergeneracionales, promoción del trabajo asociativo, promoción de redes de apoyo, uso del internet y auxilio exequial; adicionalmente se continuará realizando actividades para que aprovechen su tiempo libre, que cultiven y desarrollen sus aficiones personales para mantenerse interesados en el mundo que los rodea y así ampliar sus vínculos con la vida contemporánea a través de actividades que estimulan sus capacidades y habilidades.

Es así como la Fundación ha desarrollado las actividades descritas anteriormente para el periodo del 13 de octubre de 2022 a 16 de noviembre de 2022 y se presenta en el siguiente informe las actividades que conforman nuestro programa integral de atención.

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES OCTUBRE DE 2022

FUNDACIÓN

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

lu.	ma.	mi.	ju.	vi.	sá.	do.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	14 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	15	16
17 FESTIVO	18 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD–CHARLA EDUCATIVA FOTOS ENCUENTRO INTERGENERACIONAL COLEGIO LICEO SANTA TERESITA	19 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD RED DE APOYO—CORPOSALUD	20 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	21 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	22	23
24 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ATENCIÓN NUTRICIONAL	25 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD–CHARLA EDUCATIVA	26 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	27 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	28 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ATENCION EN NUTRICION FIESTA DE DISFRACES	29	30
31 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL						

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES NOVIEMBRE DE 2022

FUNDACIÓN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

lu.	ma.	mi.	ju.	vi.	sá.	do.
	1 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	2 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD–CHARLA EDUCATIVA	3 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	4 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	5	6
7 FESTIVO	8 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ATENCIÓN NUTRICIONAL	9 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD–CHARLA EDUCATIVA	10 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ACTIVIDAD USO DEL INTERNET	11 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	12	13
14 FESTIVO	15 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	16 ACTIVIDAD FÍSICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD COGNITIVA Y PRODUCTIVA ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: BASE DE DATOS ADULTO MAYOR FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

nit.900687336-2

MUNICIPIO SOCORRO- SANTADER

BASE DE DATOS 2022

No.	NOMBRE COMPLETO ADULTO MAYOR	CÉDULA	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE EXPEDICION DE LA CEDULA	EDAD	SEXO	DIRECCIÓN (ESPECIFICAR BARRIO O VEREDA)	TELÉFONO	EPS	RÉGIMEN		SISBEN IV
										SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	
1	AGON GILMA	28.418.949	10/12/1940	18/12/1961	81	F	CALLE 10 SUR #9-12 VILLA DEL PRADO	3223200627	COOSALUD	X		A4
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	02/04/1944	02/02/1967	78	M	URBANIZACION LOS HEROES TORRE E apto 102	3133262212	NUEVA EPS	X		B1
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	19/05/1960	19/05/1980	62	F	CALLE 9 SUR # 8-120 VILLA DEL PRADO	3133911434	COOSALUD	X		A3
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	5.762.010	23/01/1941	10/05/1968	81	M	CALLE 21 #6-25 JOSE A. GALAN	3168839290	NUEVA EPS	X		B6
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	04/02/1965	23/03/1983	57	M	CALLE 5 #1-135 SAN RAFAEL	3177829141	COOSALUD	X		B3
6	AROCA GONZALO	7.455.052	22/11/1949	24/08/1971	72	M	CARRERA 9# 11-47	3134683389	COOSALUD	X		B7
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	03/07/1938	19/04/1967	84	F	PASAJE 2 #9-41 COLINAS	3209037376	COOSALUD	X		C1
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	06/04/1955	18/09/1979	67	F	CARRERA 11# 8-06 PRESENTACION	3103101683	COOSALUD	X		B2
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	11/11/1943	20/05/1965	78	M	CALLE 10 SUR#9-121 VILLA DEL PRADO	3147187087	COOSALUD	X		B7
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	10/01/1946	30/08/1971	76	F	CALLE 5 ESTE #5-32 BICENTENARIO 5 ETAPA	3185948524	COOSALUD	X		B7
11	BERNAL DULCELINA	28.098.728	02/09/1953	10/09/1981	69	F	CALLE 5 ESTE # 6-07 BICENTENARIO V ETAPA	3138791162	NUEVA EPS	X		A4
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	28.172.260	10/10/1952	19/01/1974	69	F	CARRERA 13 #12-106	3138894935	COOSALUD	X		B4
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	01/06/1954	17/01/1976	68	F	CALLE 10 SUR#9-121 VILLA DEL PRADO	3147187087	COOSALUD EPS	X		B7
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	01/07/1960	19/02/1979	62	F	CALLE 21 A #8-31 PISO 1 PRIMERO DE MAYO	3223807364	COOSALUD	X		B7
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	37.941.121	20/11/1955	22/09/1980	66	F	CALLE 21B 6 -57 1 MAYO	3133120768	NUEVA EPS	X		C5
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	41.386.412	01/01/1945	24/10/1968	76	F	CALLE 28 B # 7-45 PUEBLITO VIEJO	3213019844	COOSALUD	X		C16
17	CASTRO FILOMENA	28.424.169	25/06/1952	04/08/1977	70	F	CALLE 10 SUR 9-15 VILLA DEL PRADO	3175108479	COOSALUD EPS	X		C6
18	CASTRO RINCON RICARDO	2.1 04.100	17/03/1938	03/11/1959	84	M	PEATONAL 10 A SUR #9-128 VILLA DEL PRADO	3224687831	COOSALUD EPS	X		C4
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	10/04/1953	21/01/1999	69	F	TORRE D 104 PISO 1 LOS HEROES	3134534679	NUEVA EPS	X		C2
20	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	10/11/1952	18/03/1975	69	F	CARRERA 8# 5-43 16 DE MARZO	3228968301	NUEVA EPS	X		C5
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	28.280.029	24/10/1930	21/09/1956	92	F	CALLE 7 SUR# 7-29 VILLA MERCEDES	3105764200	COOSALUD EPS	X		B5
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	04/08/1960	12/09/1979	62	F	CALLE 23#5-57 1 MAYO	3203221818	COOSALUD	X		C2
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	01/01/1945	25/01/1971	77	F	CALLE 5A ESTE #6-12 BICENTENARIO 5 ETAPA	3168182079	COOSALUD	X		C10
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	21/04/1961	20/11/2008	61	F	CARRERA 10#9-22 PRESENTACION	3172947239	NUEVA EPS	X		B5
25	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	25/11/1939	22/09/1983	83	F	CARRERA 15#1-100 ZONA INDUSTRIAL	3152820225	COOSALUD	X		C8
26	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	02/08/1935	04/10/1962	87	F	CARRERA 3#6 IMPAR SAN RAFAEL	3143924036	NUEVA EPS	X		A3
27	JAIMES DE ARENAS HILDA	28.420.600	09/10/1942	27/11/1965	79	F	CALLE 23# 7-02 PRIMERO DE MAYO	3209101981	COOSALUD	X		B5
28	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	05/03/1937	27/08/1966	85	F	TORRE E APTO 501 LOS HEROES	3187667159	COOSALUD EPS	X		C11
29	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	12/12/1947	14/06/1981	74	F	CALLE 5A #100-6 EL BOSQUE	3202625531	NUEVA EPS	X		C10
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	18/08/1936	26/07/1958	86	M	CALLE 8· 7-21 LA ROSITA	3182578214	NUEVA EPS	X		C14



FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

nit.900687336-2

MUNICIPIO SOCORRO- SANTADER

BASE DE DATOS 2022

No.	NOMBRE COMPLETO ADULTO MAYOR	CÉDULA	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE EXPEDICION DE LA CEDULA	EDAD	SEXO	DIRECCIÓN (ESPECIFICAR BARRIO O VEREDA)	TELÉFONO	EPS	RÉGIMEN		SISBEN IV
										SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	
31	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	29/07/1960	02/06/1981	62	M	CARRERA 8 5A ESTE 22 SANTA CLARA 1	3138652165	COOSALUD	X		B4
32	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	02/03/1950	25/05/1971	72	F	CALLE 3 SUR 11-62 COLINAS	3178541444	COOSALUD	X		B5
33	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	09/04/1932	19/09/1962	90	F	CARRERA 9#11-47 PRESENTACION	7296799	NUEVA EPS	X		C7
34	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	2.175.430	20/06/1930	27/09/1954	92	M	CALLE 12 A #9-27 SANTA BARBARA	3163934846	COOSALUD	X		C16
35	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	08/10/1945	11/07/1968	77	M	PASAJE 3 # 10-07 COLINAS	3219516959	NUEVA EPS S.A.	X		C1
36	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	29/03/1947	06/08/1973	75	F	URBANIZACION LOS HEROES TORRE E apto 102	3133262212	NUEVA EPS	X		B1
37	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	19/03/1943	20/12/1965	79	F	PASAJE 2 COLINAS	3115059648	COOSALUD	X		C7
38	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	28.276.600	01/05/1941	22/03/1963	81	F	PEATONAL 10 A SUR #9-128 VILLA DEL PRADO	3224687831	COOSALUD EPS	X		C4
39	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	23/05/1945	14/10/1970	77	F	CALLE 23# 7-14- PRIMERO DE MAYO	3209065360	COOSALUD	X		C17
40	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	30/11/1957	12/12/1983	65	M	CALLE 17# 10-43 SANTA BARBARA	3187998570	NUEVA EPS	X		B3
41	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	27/03/1938	18/12/1961	84	F	CARRERA 8 5A ESTE 22 SANTA CLARA 1	3138652165	COOSALUD	X		B4
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	03/09/1934	18/11/1960	87	F	CALLE 21 A # 8-27	3187870340	NUEVA EPS	X		B2
43	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	18/10/1966	30/11/1993	57	F	TORRE D 104 PISO 1 LOS HEROES	3175622522	COOSALUD EPS	X		B1
44	RIBERO GRACIELA	28.424.455	02/06/1959	22/11/1977	63	F	CARRERA 9D # 7 SUR -58 VILLA DEL SOCORRO	3154738002	NUEVA EPS	X		A5
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	13/09/1942	27/11/1965	80	F	CARRERA 15 # 3-57 PISO 3	3103367537	COOSALUD	X		B1
46	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	03/01/1954	15/07/1976	68	M	CARRERA 3#6 IMPAR SAN RAFAEL	3143924036	COOSALUD EPS	X		A3
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	04/09/1941	23/11/1965	81	M	CALLE 21 A #8-27	3187870340	NUEVA EPS	X		B2
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	21/10/1949	23/03/1971	73	F	CAMINO CULEBRERO CASA 13	3156513896	NUEVA EPS S.A.	X		B3
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	17/09/1960	18/05/1981	62	M	CARRERA 3·6 IMPAR SAN RAFAEL	3143924036	NUEVA EPS	X		B6
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	19/09/1938	11/03/1963	84	F	CALLE 15 #8-39 CONVENTO	3138320595	COOSALUD EPS	X		C4
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	26/06/1944	09/07/1966	78	F	CALLE 15 #8-39 CONVENTO	3138320595	COOSALUD EPS	X		C4
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	22/07/1938	01/03/1960	84	F	CARRERA 9#15-21 CONVENTO	3133877281	COOSALUD EPS	X		B5
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	28.423.878	23/09/1954	30/05/1977	68	F	CALLE11 #9A-02 SAN VICENTICO	3125240687	COOSALUD	X		B3
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	03/05/1946	15/09/1969	76	F	TORRE D 104 PISO 1 LOS HEROES	3175622522	COOSALUD	X		B1
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	04/11/1939	20/12/1962	82	F	CALLE 21#6-43 MANUELA BELTRAN	3153679284	COOSALUD	X		C6
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	17.145.566	07/05/1946	23/05/1967	76	M	carrera 13#18-42 jaboncilla	3175787901	NUEVA EPS	X		B7
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	22/01/1967	20/10/1986	55	F	CARRERA 11 #21-175 DIAMANTE	3124792965	COOSALUD	X		B7
58	VERA CAMPOS ISLENA	37.940.514	01/01/1961	17/05/1979	61	F	CALLE 5 #1-135 SAN RAFAEL	3177829141	COOSALUD	X		B6
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	19/03/1959	06/12/2006	63	F	CALLE 5 #1-135 SAN RAFAEL	3177829141	NUEVA EPS	X		B3
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	14/05/1943	21/10/1965	79	F	CALLE 5 #1-135 SAN RAFAEL	3177829141	NUEVA EPS S.A.	X		B3

Socorro, 13 de octubre de 2022

Doctora
LILIANA DELGADO
Secretaria de Salud
Socorro

Asunto: ingreso e ingreso de adultos mayores

Respetada doctora, el motivo de la presente es comunicarle el egreso e ingreso de adultos mayores en nuestra Fundación:

Egresa: 13/10/2022

MARIA SOCORRO GARCIA DE REYES C.C. No. 28.423.285

Ingresa: 13/10/2022
RUBEN DARIO PEROZO CC. No. 13.479.012

Agradezco su amable atención.

Cordialmente,

MARTHA LUISA RIVERA DE CELIS
C.C. No. 28.297.663 Piedecuesta
Representante Legal



REPÚBLICA DE COLOMBIA
IDENTIFICACIÓN PERSONAL
CÉDULA DE CIUDADANÍA

NÚMERO 13.479.012
PEROZO MEDINA

APELLIDOS
RUBEN DARIO

NOMBRES

FIRMA



FECHA DE NACIMIENTO 30-NOV-1957
CUCUTA
(NORTE DE SANTANDER)
LUGAR DE NACIMIENTO

1.60 ESTATURA
A+ G.S. RH
M SEXO

12-DIC-1983 CUCUTA
FECHA Y LUGAR DE EXPEDICIÓN

REGISTRADOR NACIONAL
ALEXANDER VEGA ROCHA

INDICE DERECHO

A-2719900-01293191-M-0013479012-20220429 0078960904G 2 56667491

Registro válido

B5

Fecha de consulta: 09/11/2022

Ficha: 68755057650000003814

Pobreza moderada

DATOS PERSONALES

Nombres: RUBEN DARIO

Apellidos: PEROZO MEDINA

Tipo de documento: Cédula de ciudadanía

Número de documento: 13479012

Municipio: Socorro

Departamento: Santander

INFORMACIÓN ADMINISTRATIVA

Encuesta vigente: 25/08/2022

Última actualización ciudadano: 25/08/2022

Última actualización via registros administrativos:

*Si encuentra alguna inconsistencia o desea actualizar su información por favor acérquese a la oficina del Sisbén del municipio donde reside actualmente

Contacto Oficina SISBEN

Nombre administrador: DELCY AMPARO PEÑA PORTILLA

Dirección: Calle 15 No 14 - 66 Centro

Teléfono: 7272579 extensión 103 - 3203055767

Correo Electrónico: sisben@socorro-santander.gov.co

ADRES

MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL

ADMINISTRADORA DE LOS RECURSOS DEL SISTEMA GENERAL DE SEGURIDAD SOCIAL EN SALUD - ADRES

Información de Afiliados en la Base de Datos Única de Afiliados al Sistema de Seguridad Social en Salud

Resultados de la consulta

Información Básica del Afiliado :

COLUMNAS	DATOS
TIPO DE IDENTIFICACIÓN	CC
NÚMERO DE IDENTIFICACION	13479012
NOMBRES	RUBEN DARIO
APELLIDOS	PEROZO MEDINA
FECHA DE NACIMIENTO	**/**/**
DEPARTAMENTO	SANTANDER
MUNICIPIO	SOCORRO

Datos de afiliación :

ESTADO	ENTIDAD	REGIMEN	FECHA DE AFILIACIÓN EFECTIVA	FECHA DE FINALIZACIÓN DE AFILIACIÓN	TIPO DE AFILIADO
ACTIVO	NUEVA EPS S.A.	SUBSIDIADO	01/11/2019	31/12/2999	CABEZA DE FAMILIA

Fecha de Impresión: 11/09/2022 14:43:29 | **Estación de origen:** 192.168.70.220

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIAS DEL OBJETO DEL CONVENIO DE APOYO A PROGRAMAS Y ACTIVIDADES DE INTERÉS PÚBLICO.

“APOYO A LA ATENCIÓN DEL ADULTO MAYOR VULNERABLE EN LA MODALIDAD CENTRO VIDA, CONFORME LO ESTABLECE LA LEY 1276 DE 2009”

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

1. Brindar alimentación que asegure la ingesta necesaria a nivel proteico-calórico y de micronutrientes que garanticen buenas condiciones de salud para el adulto mayor, de acuerdo con los menús para los requerimientos de esta población, que de manera especial elaboren los profesionales en nutrición.

INFORME SOBRE ATENCIÓN NUTRICIONAL

PROFESIONAL: ILMAYE SANABRIA AMAYA
Nutricionista-Dietista
REG. MED. 01196
PERIODO: OCTUBRE 13- NOVIEMBRE 16 DE 2022

POBLACIÓN OBJETIVO: **USUARIOS ASISTENTES A LA SEDE DE LA FUNDACION SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA - CENTRO VIDA EN EL MUNICIPIO DEL SOCORRO**

TEMA: **INFORME INTERVENCION INDIVIDUAL E INTERVENCIÓN GRUPAL**

FICHA TÉCNICA ÁREA DE NUTRICIÓN

1. PROYECTO: Intervención del área de nutrición en el municipio de Socorro centro vida Fundación Semillas de fe y esperanza.

2. META: Lograr de manera integral la atención de los adultos mayores asistentes al centro vida Fundación Semillas de fe y esperanza del municipio de Socorro

3. Objetivo:

    a. General:
    Realizar seguimiento y educación nutricional a usuarios del centro, así como seguimiento y control al servicio de alimentación.

b. Específicos:
    i. Que los servicios de alimentación estén operando bajo los requerimientos de ley.
    ii. Diagnosticar el estado nutricional de los adultos mayores
    iii. Que los adultos mayores sean educados en alimentación saludable de manera individual y grupal.

4. Actividad:
    a. Realizar revisión del servicio de alimentación y el cumplimiento del ciclo de menús
    b. Realizar la valoración de IMC para adulto mayor con el fin de diagnosticar el estado nutricional de la población
    c. Realizar intervención nutricional individual en los usuarios
    d. Realizar talleres educativos a los adultos mayores

MARCO TEORICO

En la adultez mayor la nutrición es importante para la salud física y emocional, para ello, la alimentación debe ser equilibrada, variada y gastronómicamente aceptable. Promoviendo una alimentación saludable a través de la Educación Alimentaria Nutricional (EAN), se podría interactuar sobre la adopción de nuevas conductas alimentarias, reforzando aquellas positivas. Lo anterior se propone desde un espacio de respeto y afecto, utilizando estímulos que relacionen una alimentación saludable con una mejor calidad de vida, mayor grado de autonomía y mejor potencialidad humana.

El Ministerio de Salud y Protección Social (en adelante MSPS), por medio de la resolución 429 de 2016 ha definido y adoptado la Política de Atención Integral en Salud (PAIS) y el Modelo Integral de Atención en Salud (MIAS) cuyo objetivo es “la generación de mejores condiciones de la salud de la población, mediante la regulación de la intervención de los integrantes sectoriales e intersectoriales responsables de garantizar la atención de la promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y paliación en condiciones de accesibilidad” (Ministerio de Salud y Protección Social, 2016).
De igual manera, este último define las Rutas Integrales de Atención en Salud (En adelante RIAS) reglamentadas en la resolución 3202 de 2016 como uno de los componentes que contribuye a “regular las condiciones necesarias para asegurar la integralidad en la atención en salud para las personas, familias y comunidades por parte de los diferentes integrantes del sistema General de Seguridad en
Salud (en adelante SGSS) y demás entidades que tengan a su cargo acciones en salud” en la que se destaca la ruta integral de promoción y mantenimiento de la salud cuyos ordenadores son los entornos, el curso de vida y el tipo de intervenciones (Poblacionales, colectivas e individuales).

En ese sentido, la Ruta integral de promoción y mantenimiento de la salud contempla una serie de intervenciones que van desde lo poblacional, lo colectivo y lo individual con enfoque de curso de vida, y se desarrollan tanto en los entornos de vida cotidiana como en la prestación de servicios de salud, con el fin de promover modos, condiciones y estilos de vida saludable.

ACTIVIDAD N° 1. AUDITORIA AL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN

Para este mes, nos enfocamos en la evaluación de cumplimiento del ciclo de menús

El día evaluado corresponde a la semana 3 día 4 de la minuta:

REFRIGERIO	Avena 250cc
	Galletas 50gr

- Debido a dificultad con el insumo, previa autorización se realiza cambio de menú

ALMUERZO	Crema de espinacas 200cc
	Pastas con carne molida 90gr/80 gr
	Tajadas de plátano 50-70gr
	Ensalada de remolacha 50gr
	Jugo de tomate de árbol 240cc

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

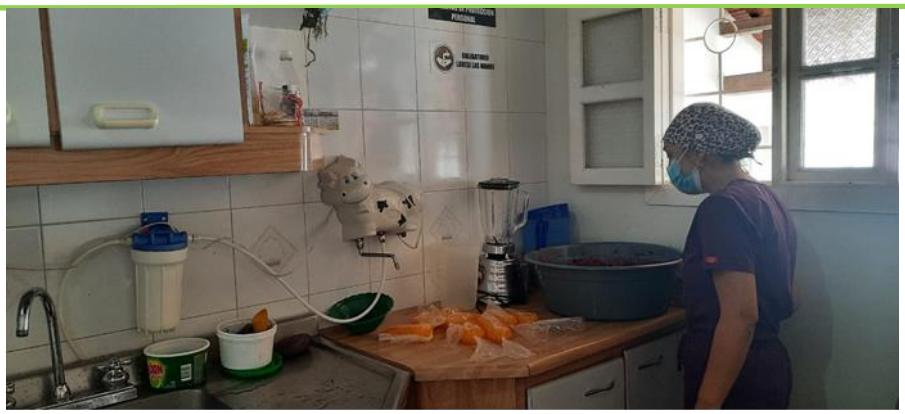
NIT. 900.687.336-2

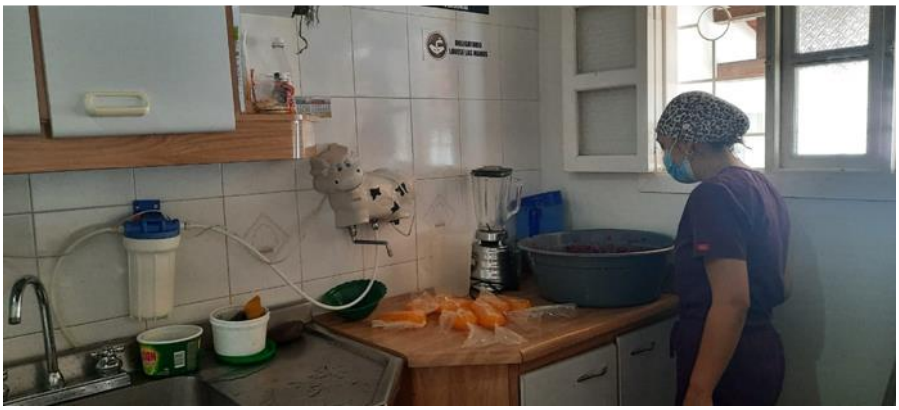
Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA AUDITORÍA AL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022





















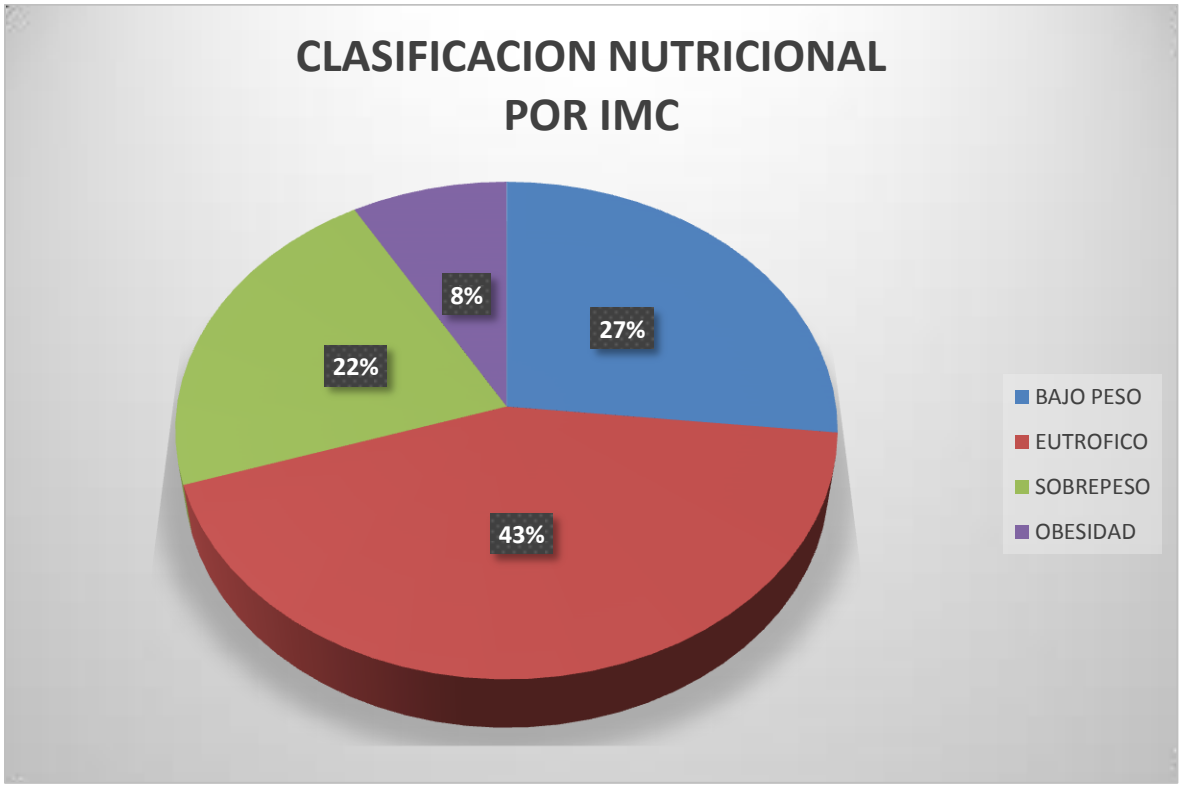




ACTIVIDAD 2. CLASIFICACIÓN NUTRICIONAL

No.	NOMBRE	TALLA	PESO	IMC	DX
1	AGON GILMA	1,59	68	26,9	EUTROFICO
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	1,57	60	24,3	EUTROFICO
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	1,55	80,5	33,5	OBESIDAD
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	1,6	65	25,4	EUTROFICO
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	1,65	70	25,7	EUTROFICO
6	AROCA GONZALO	1,76	73,8	23,8	EUTROFICO
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	1,48	70,6	32,2	OBESIDAD
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	1,53	69,5	29,7	SOBREPESO
9	BELEÑO MEZA MARTIN	1,58	67	26,8	EUTROFICO
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	1,52	54,8	23,7	EUTROFICO
11	BERNAL DULCELINA	1,45	40	19,0	BAJO PESO
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	1,54	58,8	24,8	EUTROFICO
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	1,56	61,2	25,1	EUTROFICO
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	1,45	90	42,8	OBESIDAD
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	1,58	47,3	18,9	BAJO PESO
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	1,47	55	25,5	EUTROFICO
17	CASTRO FILOMENA	1,46	60,4	28,3	SOBREPESO
18	CASTRO RINCON RICARDO	1,65	59,1	21,7	BAJO PESO
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	1,53	62,3	26,6	EUTROFICO
20	CORREA PORRAS FLORINDA	1,54	81,3	34,3	OBESIDAD
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	1,51	37	16,2	BAJO PESO
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	1,61	77,9	30,1	SOBREPESO
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	1,57	64,9	26,3	EUTROFICO
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1,46	52,5	24,6	EUTROFICO
25	FONCE GOMEZ ADELA	1,48	64	29,2	SOBREPESO
26	PEROZO GARCIA RUBEN DARIO	1,58	59,7	23,9	EUTROFICO
27	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	1,58	67	26,8	EUTROFICO
28	JAIMES DE ARENAS HILDA	1,38	57	29,9	SOBREPESO
29	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	1,5	55	24,4	EUTROFICO
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	1,58	53,9	21,6	BAJO PESO
31	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	1,52	50,8	22,0	BAJO PESO
32	LOPEZ PICO JAIRO	1,7	65	22,5	BAJO PESO
33	LOPEZ POVEDA ANGELICA	1,51	63,1	27,7	EUTROFICO
34	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	1,52	74	32,0	SOBREPESO
35	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	1,67	64,2	23,0	BAJO PESO
36	MONSALVE PICO GERARDO	1,65	62	22,8	BAJO PESO
37	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	1,56	72,3	29,7	SOBREPESO
38	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	1,52	66,8	28,9	SOBREPESO
39	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	1,62	69	26,3	EUTROFICO
40	PEREZ MARIA DEL CARMEN	1,51	61	26,8	EUTROFICO

41	PICO DE LOPEZ BETSABE	1,47	38	17,6	BAJO PESO
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	1,47	57	26,4	EUTROFICO
43	RANGEL SERRANO LEONOR	1,49	67,7	30,5	SOBREPESO
44	RIBERO GRACIELA	1,5	75,1	33,4	OBESIDAD
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	1,38	55,1	28,9	SOBREPESO
46	RIVERA GOMEZ SAUL	1,62	71	27,1	EUTROFICO
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	1,63	68	25,6	EUTROFICO
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	1,53	66,1	28,2	SOBREPESO
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	1,68	58	20,5	BAJO PESO
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	1,48	43	19,6	BAJO PESO
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	1,46	38	17,8	BAJO PESO
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	1,42	57	28,3	SOBREPESO
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	1,55	62,9	26,2	EUTROFICO
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	1,51	58,8	25,8	EUTROFICO
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	1,46	41,9	19,7	BAJO PESO
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	1,67	71	25,5	EUTROFICO
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	1,58	56	22,4	BAJO PESO
58	VERA CAMPOS ISLENA	1,53	55,6	23,8	EUTROFICO
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1,39	32,5	16,8	BAJO PESO
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUBIA	1,48	53,9	24,6	EUTROFICO



Para este período se realiza valoración nutricional a los usuarios del servicio por medio de toma de peso y talla y diagnóstico nutricional por IMC para el adulto mayor, encontrando que el 43% de la población se encuentra en adecuado estado nutricional; el 30% se encuentra en exceso de peso, de ellos el 22% dado por sobrepeso y el 8% por obesidad; y el 27% de los usuarios presentan diagnóstico de bajo peso.

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA CLASIFICACION NUTRICIONAL

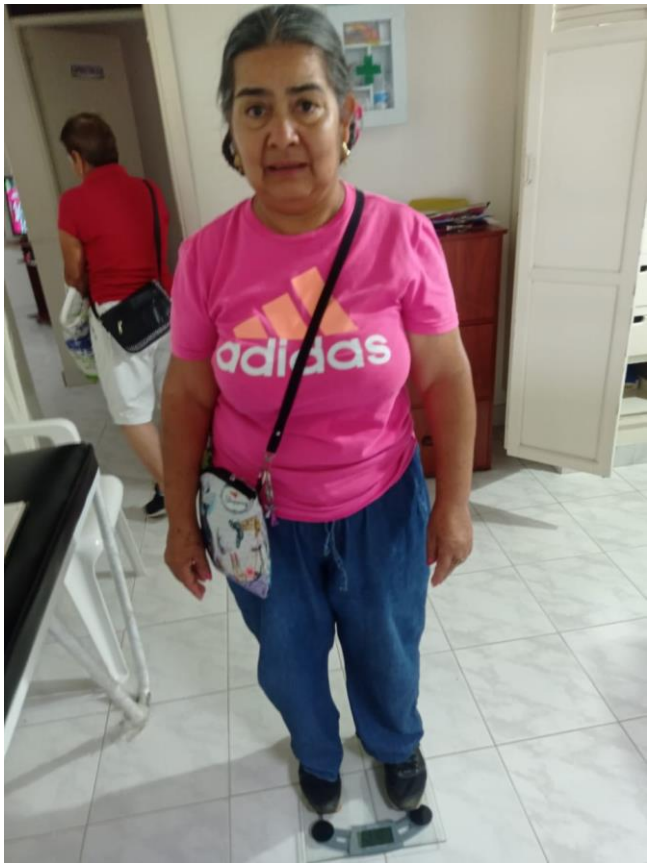
PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.








adidas


FASHION













ACTIVIDAD 3. VALORACIÓN NUTRICIONAL INDIVIDUAL

Durante este periodo valoramos de manera individual a 15 usuarios asistentes. De estos usuarios vistos se genera la valoración o seguimiento individual que se imprime y se anexa en la carpeta de cada usuario de manera individual

No.	NOMBRE	TALLA	PESO	IMC	DX	
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	1,55	80,5	33,5	OBESIDAD	
6	AROCA GONZALO	1,76	73,8	23,8	EUTROFICO	
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	1,52	54,8	23,7	EUTROFICO	
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	1,56	61,2	25,1	EUTROFICO	
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	1,57	64,9	26,3	EUTROFICO	
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	1,58	53,9	21,6	BAJO PESO	ARMONICA
34	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	1,52	74	32,0	SOBREPESO	
36	MONSALVE PICO GERARDO	1,65	62	22,8	BAJO PESO	ARMONICA
37	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	1,56	72,3	29,7	SOBREPESO	
43	RANGEL SERRANO LEONOR	1,49	67,7	30,5	SOBREPESO	
44	RIBERO GRACIELA	1,5	75,1	33,4	OBESIDAD	
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	1,55	62,9	26,2	EUTROFICO	
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	1,51	58,8	25,8	EUTROFICO	
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	1,58	56	22,4	BAJO PESO	ARMONICA
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1,39	32,5	16,8	BAJO PESO	

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

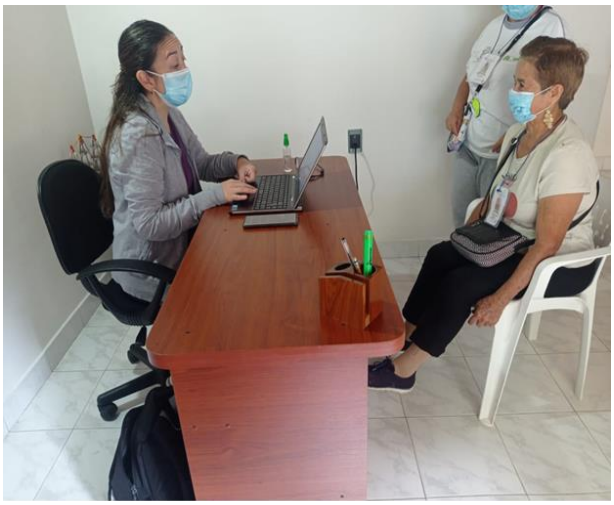
NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA VALORACION NUTRICIONAL INDIVIDUAL

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022












ACTIVIDAD 4. ACTIVIDAD EDUCATIVA

Para este periodo se realiza actividad educativa sobre las porciones de alimentación saludable usando la guía de la mano y el plato de alimentación saludable



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ACTIVIDAD EDUCATIVA

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022



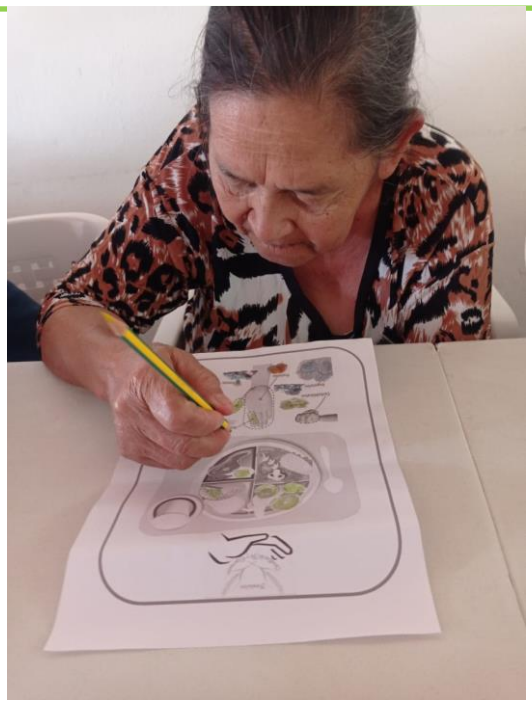


































RESULTADOS OBTENIDOS

- Para este mes, nos enfocamos en la evaluación del servicio de alimentación:

    - En cuanto a cumplimiento de ciclo de menús y minuta patrón establecida por nutrición y aprobada por alcaldía, encontrando que se cumple con las indicaciones establecidas

- Para este período se realiza valoración nutricional a los usuarios del servicio por medio de toma de peso y talla y diagnóstico nutricional por IMC para el adulto mayor, encontrando que el 43% de la población se encuentra en adecuado estado nutricional; el 30% se encuentra en exceso de peso, de ellos el 22% dado por sobrepeso y el 8% por obesidad; y el 27% de los usuarios presentan diagnóstico de bajo peso.

- Durante este periodo valoramos de manera individual a 15 usuarios asistentes. De estos usuarios vistos se genera la valoración o seguimiento individual que se imprime y se anexa en la carpeta de cada usuario de manera individual

- Para este periodo se realiza actividad educativa sobre las porciones de alimentación saludable usando la guía de la mano y el plato de alimentación saludable

ILMAYE SANABRIA A.

ILMAYE SANABRIA AMAYA
NUTRICIONISTA-DIETISTA
REG. MED. 01196

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: MINUTA PATRON

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN ADULTOS MAYORES

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad P. Bruto	Cantidad P. Neto	Cantidad P. Servido	Unidad Casera de Servido	
Lácteos						
Leche en polvo ó	4 veces/semana	15,6 g	15,6 g	120 cc	4 onzas de leche	
Leche entera pasteurizada		120 cc	120 cc			
Derivados de cereal						
Pan ó torta ó	Todos los días	60 g	60 g	50 g	1½ unidad mediana, 1porción mediana	
Galletas de dulce ó sal ó waffer		21g	21g	21g	3 unidades	
Cereales para colada (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g	1cucharada rebosada, para elaboración de colada (½ agua - ½ leche)	
Fruta						
Entera ó	2 veces por semana	105 - 222 g	100 g	100 g	1porción mediana	
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo	
Azúcares						
Azúcar ó	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada	8 onzas de bebida ó 240 cc
Panela ó		14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada	

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	**550**	**14,1**	**12,6**	**94,3**	**353,0**	**4,6**	**0,6**
ADECUACION	**23,2%**	**17,0%**	**16,0%**	**28,4%**	**44,1%**	**32,7%**	**8,6%**

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad P. Bruto	Cantidad P. Neto	Cantidad P. Servido	Unidad Casera de Servido
Sopa o crema					
	Todos los días	14 - 20 g	12 g	200 cc	6 onzas
Cereal		9 g	9 g		
Raices/Tubérculos/Plátanos		17 - 25 g	15 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	3 veces/semana (Vísceras una vez cada 15 días)	100 g	100 g	100 g	1porción mediana
Carne blanca	3 veces/semana	Pechuga: 137 g Pierna: 143 g Pernil: 150 g Atún lomo: 100 g	100 g	80 g (sin hueso) Atún: 50 g	1porción mediana
Huevo	1vez / semana	55 g	50 g	50 g	1unidad
Leguminosa	2 veces / semana	20 g	20 g	60 g	4 cucharadas medianamente colmadas
Cereal					
Arroz ó	6 veces/semana	40 g	40 g	90 g	5 cucharas soperas
Pasta	1vez / semana	40 g	40 g	91g	5 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****					
Papa, plátano, ñame, etc ó	5 veces/semana	83 - 116 g	70 g	69 g	1unidad mediana
Arepa o envuelto, etc	2 veces/semana	50 g	50 g	50 g	1unidad mediana
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	57 - 85 gr	50 g	50 g	4 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	105 - 222 g	100 g	100 g	1porción mediana
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo
Azúcares					
Azúcar ò	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada
Panela		14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada
Aceite	Todos los días	16 cc	16 cc	16 cc	1½ cucharada

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	**707**	**28,7**	**24,1**	**92,9**	**83,4**	**6,0**	**0,7**
ADECUACION	**29,8%**	**34,5%**	**30,5%**	**28,0%**	**10,4%**	**42,7%**	**9,9%**

OBSERVACIONES

1. Se establece 3 veces a la semana lácteo en el refrigerio de la mañana dando oportunidad a variación del mismo y teniendo en cuenta la guía del día completo
2. Para la realización de los jugos de fruta se puede utilizar cualquiera de cosecha
3. Para efectos de la salud de la población objetivo se tiene en cuenta el uso de azúcar en pocas cantidades y para personas con diabetes se evita su uso
4. Para la semana 2 y semana 4 se dará indicación a los adultos mayores de incluir leguminosa en el fin de semana, para cumplir con el requerimiento nutricional

Ilmayé Sanabria A.
Dra. Ilmayé Sanabria A.
NUTRICIONISTA-DIETISTA
No. MND 01196
P.U.J.

Firma Nutricionista

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CICLO DE MINUTAS

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 1

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO				
BEBIDA	120 - 240CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	YOGUR	CHOCOLATE EN AGUA	JUGO DE FRUTA EN AGUA	AGUA DE PANELA EN LECHE
CEREAL	50 GR	GALLETAS INTEGRALES	PONQUE	PAN INTEGRAL	GALLETAS DE SAL	AREPA
PROTEÍNA	30 - 50 GR	*	*	QUESO	*	*
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA O CREMA	200 CC	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA DE PASTAS	CREMA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	CARNE EN GOULASH	PESCADO A LA PLANCHA (55 GR)	ARROZ CON POLLO	HUEVO COCIDO	PASTAS CON CARNE MOLIDA
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO	
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	YUCA CON HOGAO	MADURO COCIDO	ROLLO DE PAPA	TAJADAS	PAPA CRIOLLA
LEGUMINOSA	60 GR	*	LENTEJA	*	FRIJOL ROJO	*
VERDURA	50 GR	VERDURA EN GOULASH	PEPINO COHOMBRO CON VINAGRETA	ENSALADA CAMPESINA O DULCE	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA DE REMOLACHA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Dra. Tirsa Sanabria A.
NUTRICIONISTA DIETISTA
P.U.I.

Firma Nutricionista

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 2

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**REFRIGERIO**				
BEBIDA	250CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	AVENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	GELATINA
CEREAL	50 GR	GALLETA INTEGRAL	TAJADA DE PAN INTEGRAL	MANTECADA	FRITAS DE ZANAHORIA	GALLETA SODA
PROTEÍNA	30 - 50 GR	*	*	*	*	CUAJADA
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**ALMUERZO**				
SOPA	200 CC	SOPA DE MENUDENCIAS	CREMA DE PLATANO	CREMA DE HARINA TOSTADA	SOPA DE APIO	CREMA DE AVENA
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR		CROQUETAS DE POLLO (55 GR	ATUN	ALBONDIGAS SUDADAS	FRICASSE DE POLLO
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ AL PIMENTON
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	YUCA AL VAPOR	PAPA CON HOGAO	TAJADAS	MADURO COCIDO	PAPA EN CUADROS AL PEREJIL
LEGUMINOSA	60 GR	*	ARVEJA SECA	*	*	*
VERDURA	50 GR	TOMATE A LA VINAGRETA	ENSALADA FRESCA (CEBOLLA, TOMATE)	ENSALADA DE TORNILLOS DE PASTA	ENSALADA DEL HUERTO (CEBOLLA, TOMATE, LECHUGA)	EN EL POLLO
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Dra. Ilmayé Sanabria A.
NUTRICIONISTA DIETISTA
Reg. MINSALUD 033396
P.U.I.

Firma Nutricionista

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 3						
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO				
BEBIDA	250CC	AGUA DE PANELA EN LECHE	JUGO DE FRUTA EN AGUA	CHOCOLATE EN LECHE	JUGO DE FRUTA EN AGUA	CAFÉ CON LECHE
CEREAL	50 GR	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS DE SAL	AREPA	EMPAREDADO DE JAMON	PAN INTEGRAL
PROTEÍNA	30 - 50 GR				EN EL EMPAREDADO	
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA	200 CC	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	CREMA CARMELITA	SOPA DE PASTAS	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE GARBANZOS CON CALLO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	PEZCADO SUDADO	HUEVO COCIDO	POLLO SUDADO CON PAPA	PASTAS CON CARNE MOLIDA	
CEREAL	90 GR	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO		ARROZ CON FIDEOS
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PAPA EN PURÉ	YUCA CON HOGAO	PAPA COCIDA CON PEREJIL	TAJADAS DE PLATANO	PAPA SALADA
LEGUMINOSA	60 GR	*	FRIJOL ROJO	*	*	GARBANZOS EN LA SOPA
VERDURA	50 GR	VERDURA CALIENTE (HABICHUELA ZANAHORIA ARVEJA)	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA GUISADA	ENSALADA DE REMOLACHA	PEPINO COHOMBRO CON VINAGRETA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Ilmavé Sanabria A.
Dra. Ilmavé Sanabria A.
NUTRICIONISTA-DIETISTA
No. MND 01196
P. U. I.

Firma Nutricionista

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 4						
		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO				
BEBIDA	250CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	GELATINA	CHOCOLATE EN AGUA	YOGUR	AGUA DE PANELA EN LECHE
CEREAL	50 GR	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETA DE SAL	PAN	GALLETAS DE LECHE	TOSTADAS
PROTEÍNA	30 - 50 GR		QUESO EN PORCION			
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA	200 CC	CREMA DE AVENA	MUTE	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE PASTAS	CREMA DE APIO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	CROQUETAS DE POLLO		HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO	POLLO
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PAPA CON HOGAO	YUCA AL VAPOR	MADURO COCIDO	PAPA EN CUADROS	MONEDAS DE PLATANO
LEGUMINOSA	60 GR	*	*	*	FRIJOL BLANCO	*
VERDURA	50 GR	ENSALADA DE REPOLLO MORADO	GUACAMOLE	ENSALADA CAMPESINA	PICO DE GALLO	ENSALADA RUSA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Ilmayé Sanabria A.
Dra. Ilmayé Sanabria A.
NUTRICIONISTA-DIETISTA
No. MND 08196
P.U.I.

Firma Nutricionista

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA SUMINISTRO DE INGESTAS

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

























CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ENTREGA DE ALIMENTACION ADULTOS MAYORES DISCAPACITADOS

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.









2. Orientación psicosocial prestada de manera preventiva a toda la población objeto, la cual persigue mitigar el efecto de las patologías de comportamiento que surgen en la tercera edad y los efectos a las que ellas conducen.

INFORME DE ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS

PROFESIONAL: DRA. MARTHA LUISA RIVERA DE CELIS
Psicóloga

TP.126890
PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

El envejecimiento es definido como un proceso de deterioro donde se suman todos los cambios que se dan con el tiempo en un organismo y que conducen a alteraciones funcionales. Estos cambios en el orden morfológico, psicológico, funcional y bioquímico implican una pérdida progresiva en el tiempo de la capacidad de adaptación y la capacidad de reserva del organismo, que produce un aumento progresivo de la vulnerabilidad ante situaciones de estrés y una nueva percepción desfavorable del individuo, por lo cual es indispensable romper esquemas y generar estrategias que fortalezcan la autoestima, autoimagen y el auto concepto de los adultos mayores.

La intervención psicológica constante y oportuna para los adultos mayores ha dado y está dando resultados positivos, reflejados claramente en la mejora del estado anímico. Es indispensable puesto que a partir de esta herramienta se alcanza la introspección, que conlleva a comprender las situaciones desde las diferentes perspectivas y generar cambios en la estructura cerebral.

El ser humano va generando estrategias en el trascurso de su vida según sea la necesidad del entorno, pero no en todos los casos resultan ser funcionales por lo cual se hace necesario entrar a conocer las diferentes dinámicas relacionales de los adultos mayores y de esta manera aportar herramientas a cada adulto que le permitan comprender y adaptarse a los diferentes cambios que conlleva los ciclos vitales, tanto en la parte física, comportamental o conductual, área cognitiva y en las relaciones de los diferentes subsistemas.

Por otra parte, al contrario de los diversos efectos del envejecimiento en el ser humano, la vejez puede ser vista con otra perspectiva la cual implica la pedagogía del envejecimiento, el sentido de ser consciente sobre la importancia de vivir saludablemente para mejorar las condiciones de este proceso, para lo cual es indispensable diversos tipos de apoyo, como es en el presente caso el apoyo social.

El envejecimiento es un proceso continuo, universal e irreversible que determina una pérdida progresiva de la capacidad de adaptación. En los individuos mayores sanos, muchas funciones fisiológicas se mantienen normales en un estado basal, pero al ser sometidos a estrés se revela la pérdida de reserva funcional. Según Watson (2001), el envejecimiento es un proceso físico inevitable de detener, este proceso afecta a los tejidos y a las funciones de la persona y aseguran que el envejecimiento comienza desde la concepción, puesto que desde ese momento las células empiezan a degenerarse y morir.

No todos los cambios producidos por el envejecimiento son desagradables, se presentan potenciales únicos de la tercera edad: serenidad de juicio, experiencias, madurez vital, perspectiva de la historia personal y social. Estas mismas cualidades pueden compensar, si se usan adecuadamente, las limitaciones de esta etapa de la vida.

Por otro lado, es necesario abordar diferentes actividades de estimulación cognitiva, ya que otro factor determinante de los efectos de deterioro en el

envejecimiento, es la disminución del nivel de actividades recreativas y de estimulación cognitiva.

Es necesario tener en cuenta que a medida que el Adulto Mayor envejece se vuelve más sedentario y por ende se pierden capacidades y habilidades físicas, mentales y sociales.

Para ello existe la gimnasia cerebral, una práctica que consiste en realizar una serie de ejercicios de estimulación cognitiva que ayudan a mejorar la circulación de la sangre en el cerebro y optimizan el funcionamiento de las redes neuronales. La experiencia científica ha demostrado que cuando nuestra mente no se entrena, las consecuencias se ven reflejadas en la memoria, que se torna débil y en la atención que se vuelve deficiente. Sin embargo, estos problemas pueden ser revertidos por la gimnasia cerebral, que entrena las funciones intelectuales y cognitivas, el proceso del pensamiento, el lenguaje y el conocimiento.

Tener una calidad de vida para un adulto mayor implica involucrar varios aspectos que incluye no solo elementos de riqueza y empleo sino también de ambiente físico y arquitectónico, salud física y mental, educación y pertenencia o cohesión social por lo cual es indispensable ser abordado de manera interdisciplinaria y en conjunto con la red familiar. Dentro de la proyección del centro vida SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA., propendemos por alcanzar este nivel para cada uno de los adultos mayores asistentes.

Principalmente se abordaron actividades de estimulación cognitiva; debido a que este conjunto de acciones están destinadas a mantener o mejorar el funcionamiento cognitivo mediante determinados ejercicios, la finalidad de la estimulación cognitiva es trabajar sobre aquellos ámbitos que están afectados o que se han visto alterados por alguna enfermedad o el paso de los años y sobre aquellos que aun sin estar afectados mediante estas actividades pueden mejorar su funcionamiento.

La estimulación cognitiva persigue ciertos objetivos como son mejorar el funcionamiento cognitivo para ralentizar el proceso de deterioro, evitar la desconexión del entorno, aumentar la autoestima y la autonomía personal, evitar el estrés y mejorar la calidad de vida del enfermo y de su familia, tiene como propósito conservar la capacidad i intelectual y enseñar estrategias que permitan desacelerar y compensar los cambios en el proceso mental que se producen en la edad de adulto mayor.

BENEFICIOS DE LA ESTIMULACIÓN COGNITIVA

Dentro de los principales beneficios destaca:

- Ayuda a mantener adecuados procesos cognitivos de atención, concentración y memoria, necesarios para el aprendizaje.
- Estimula el lenguaje, fomentando su expresión verbal, vocabulario y comprensión lectora.
- Propicia actividades de pensamiento y aumenta la creatividad, imaginación e inteligencia.
- Puede efectuarse en diversas edades o etapas del ciclo vital.

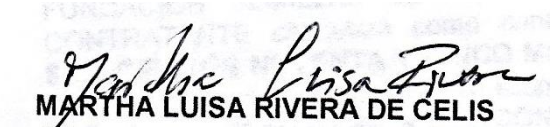
Mediante la estimulación cognitiva cualquier persona puede mejorar sus capacidades cognitivas como el lenguaje, la memoria, la atención y concentración. Y mejorar el estado funcional de la persona, puesto que a partir de sienta edad se da una disminución progresiva en las capacidades, facultades mentales y físicas, generando dificultad para desarrollar las actividades cotidianas. Así como también son indispensables las actividades cognitivas como herramienta para prevenir enfermedades que comprometan la parte neuronal.

El adulto mayor con algún deterioro cognitivo puede beneficiarse con la estimulación cognitiva, siendo evidente como primer resultado una mejora en la calidad de vida y disminuyéndose así, el riesgo a que este deterioro empeore es por este motivo que:

- ✓ Se realizan actividades de estimulación cognitiva individual y grupal (juegos de mesa, mandalas, juegos de memoria).

- ✓ Se dan charlas educativas relacionadas con dl Alzheimer y demencia senil en el adulto mayor.
- ✓ Se hace entrega de actividades de estimulación cognitiva a adultos mayores discapacitados.

Cabe destacar que los 60 adultos mayores beneficiarios del programa manifiestan agradecimiento por las atenciones recibidas.



MARTHA LUISA RIVERA DE CELIS
Psicóloga
T.P 126890

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGÁFICA ATENCION PSICOSOCIAL, COGNITIVA Y PRODUCTIVA

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.















CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

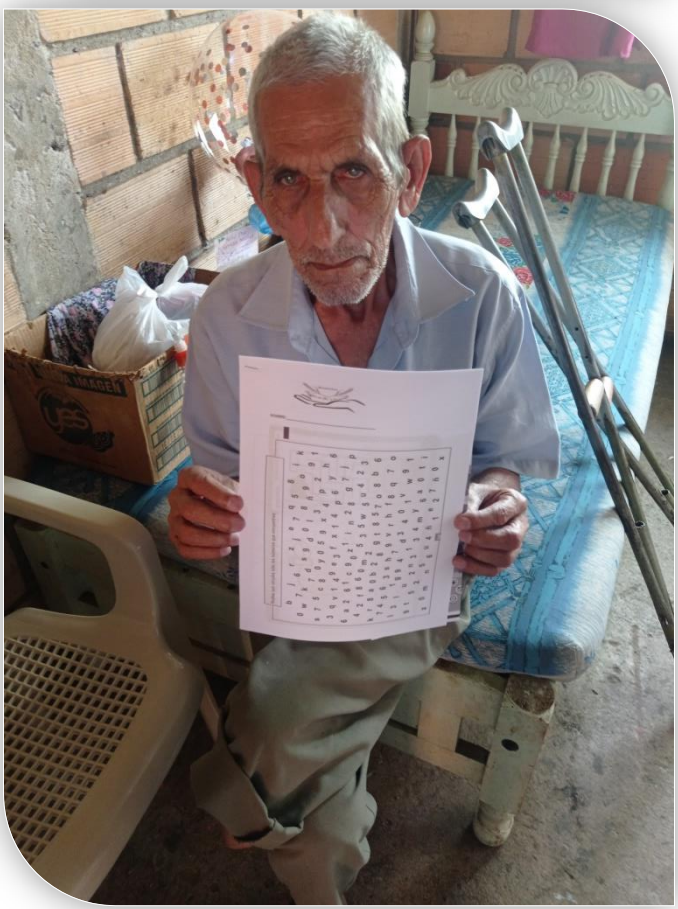
DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGÁFICA ATENCION PSICOSOCIAL, COGNITIVA Y PRODUCTIVA A ADULTOS MAYORES DISCAPACITADOS

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.



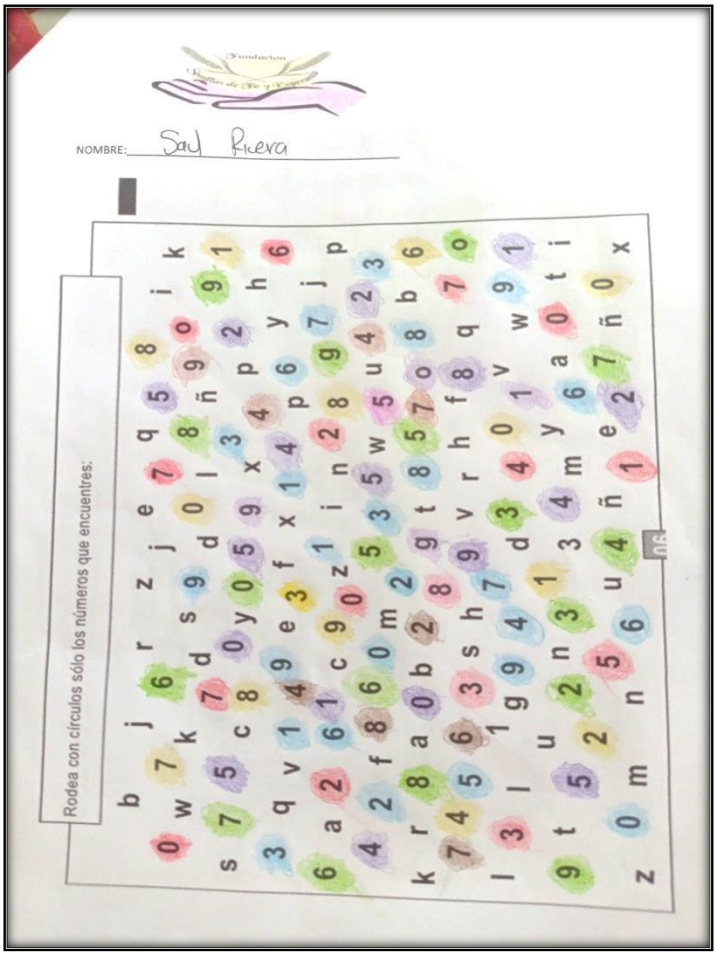


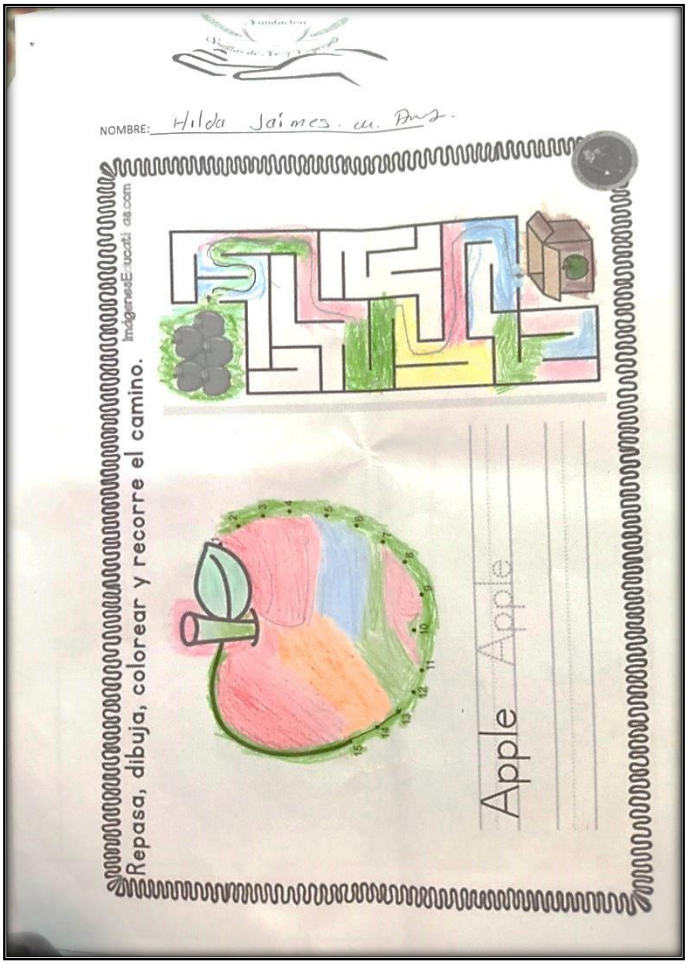


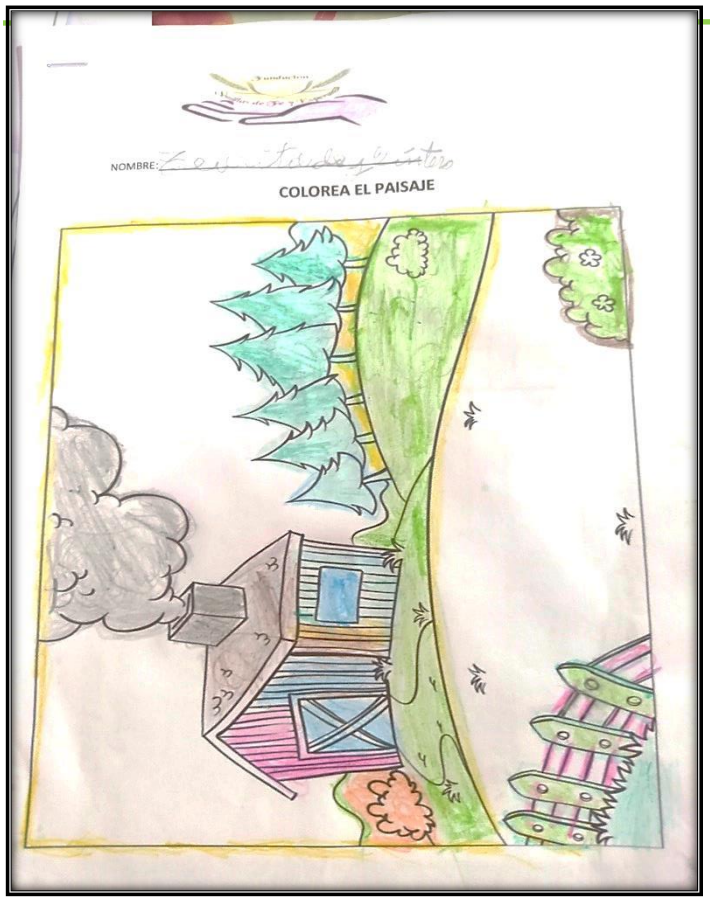


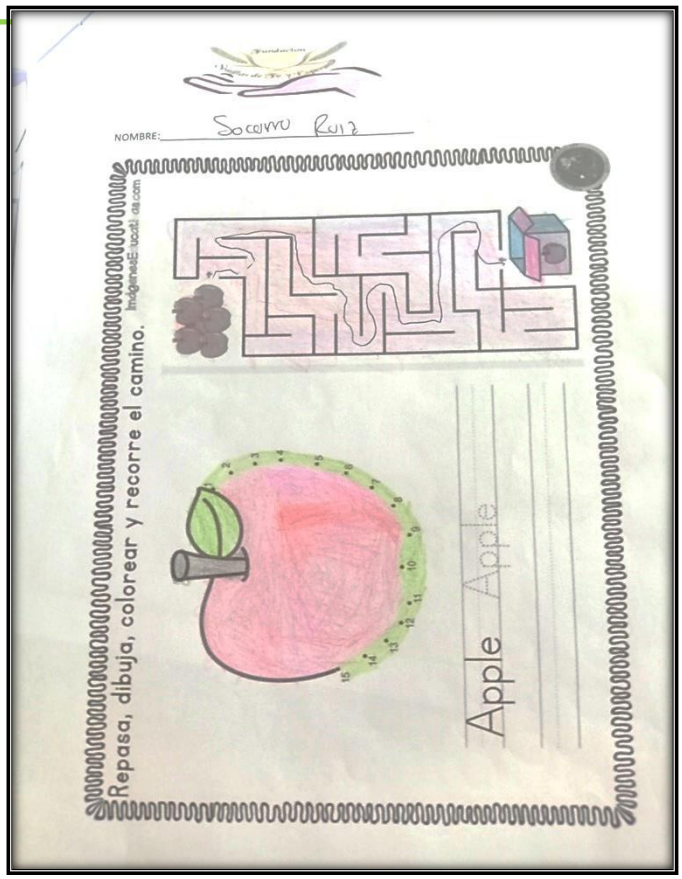


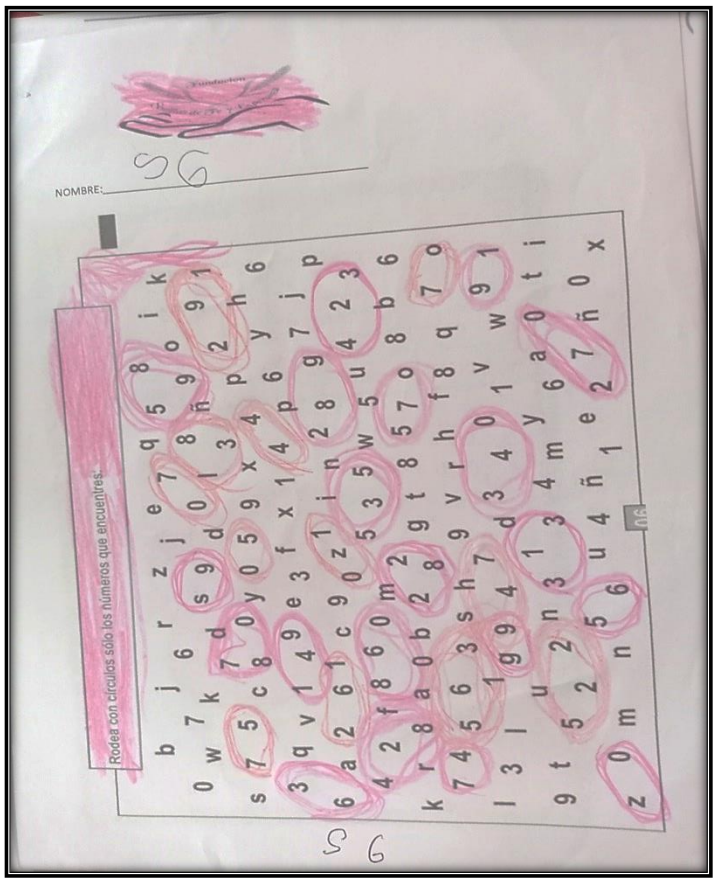

NOMBRE:
COLOREA EL PAISAJE

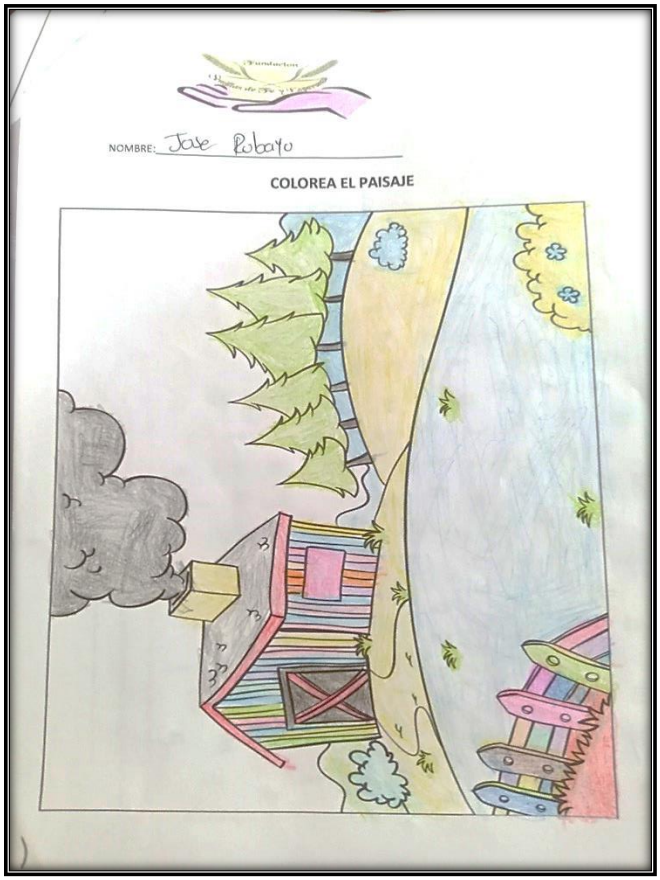

NOMBRE: Saul Rivera
Rodea con círculos sólo los números que encuentres:


NOMBRE: Hilda Jaimes. cu. Diaz.
Repasa, dibuja, colorear y recorre el camino.
Apple Apple


NOMBRE:
COLOREA EL PAISAJE


NOMBRE: Socorro Ruiz
Repasa, dibuja, colorear y recorre el camino.
Apple Apple


NOMBRE:
Rodea con círculos sólo los números que encuentres.


NOMBRE: Jose Rubayo
COLOREA EL PAISAJE

3. Atención primaria en salud, la cual abarca estilos de vida saludable de acuerdo con las características de los adultos mayores, prevención de enfermedades, detección oportuna de patologías y remisión de los servicios de salud cuando ello lo requiera.

ATENCIÓN EN SALUD

INFORME DE ENFERMERÍA

ÁREA: ENFERMERIA
PROFESIONAL: YESICA TATIANA CALA
Auxiliar de Enfermería

T.P.0583

PERIODO: 13 DE OCTUBRE – 16 DE NOVIEMBRE DE 2022

OBJETIVOS DEL ÁREA

- ✓ Control diario de signos Vitales.
- ✓ Control y vigilancia de automedicación.
- ✓ Supervisar que cada adulto asista a sus controles médicos mensuales y administre sus medicamentos de manera correcta.
- ✓ Realización de pausas activas diarias.
- ✓ Educar sobre hábitos de vida saludable y diferentes temas de promoción y prevención de la salud.
- ✓ Apoyo en actividades diarias
- ✓ Brindar atención domiciliaria a adultos mayores discapacitados inscritos en el programa.

DETALLE DE ACTIVIDADES

❖ TOMA DE TENSIÓN ARTERIAL

¿QUÉ ES LA TENSIÓN ARTERIAL?

También conocida como presión arterial o presión sanguínea está determinada por la sangre que bombea el corazón y la resistencia a este flujo en las arterias. La tensión arterial es la fuerza con la que los latidos del corazón empujan la sangre hacia las paredes de las arterias. Esta presión disminuye según avanza hacia vasos sanguíneos más pequeños hasta llegar a los capilares.

En condiciones normales, cada vez que nuestro corazón late, bombea sangre rica en oxigeno hacia las células de todo nuestro organismo, en la medida justa para hacer un reparto equitativo. A lo largo del día esta presión varía en función del estrés al que estamos sometidos.



A la hora de medir la tensión arterial debemos tener en cuenta que estamos midiendo dos valores, indicados por los latidos del corazón:

- **Presión sistólica o alta.** Se registra cuando se contrae del ventrículo izquierdo para expulsar sangre al torrente sanguíneo. En este momento la presión sanguínea alcanza el valor máximo.
- **Presión diastólica o baja.** Se registra cuando el corazón se relaja en cada latido, registrando el valor mínimo.

Según la combinación de ambas tensiones, la sociedad médica establece una serie de valores. Para tener la tensión arterial alta o baja, basta con que una de las presiones (sistólica o diastólica) lo sea.

VALORES DE TENSIÓN ARTERIAL NORMALES

Cuando la presión sistólica está por debajo de 120mmHg y la diastólica por debajo de 80 mmHg.

En general, la recomendación médica para los mayores de 60 años es lograr una tensión arterial por debajo de 150/90 mmHg.

VALORES DE TENSIÓN ARTERIAL NORMALES EN ADULTOS MAYORES

Los valores normales de tensión arterial en ancianos son:

- Entre 65-79 años un objetivo inferior a 140/90 mmHg
- Para los mayores de 80 años entre 140-145 mmHg sería aceptable.

La recomendación es mientras más bajo, mejor

VALORES DE TENSIÓN ARTERIAL BAJA EN ADULTOS MAYORES

Cuando la presión sistólica está por debajo de 90mmHg y la diastólica por debajo de 60 mmHg. Esta circunstancia se conoce como tensión baja o hipotensión. La tensión baja en ancianos es incluso más peligrosa que la alta según el tipo de paciente.

Valores de tensión arterial alta

Cuando la presión sistólica está por encima de 130mmHg y la diastólica por encima de 80 mmHg. Llegando a ser hipertensión en valores por encima de 140/90mmHg.

SÍNTOMAS DE LA TENSIÓN ALTA

La tensión arterial alta con el tiempo causa problemas de salud. La mejor forma de saber si tenemos la tensión alta es llevando un control periódico de nuestra salud. Mediante chequeos programados, vemos la evolución de nuestra tensión para identificar rápidamente los cambios que puedan producirse.

La mayoría de las personas con tensión arterial alta no tienen síntomas. El dolor de cabeza y la dificultad respiratoria no se presentan hasta muy avanzada la

enfermedad. No obstante, el daño cardiovascular puede detectarse a tiempo ya que la presión arterial alta se desarrolla a lo largo de los años y se detecta fácilmente, permitiendo su control para evitar graves problemas de salud (ataque cardíaco y accidente cerebrovascular).

CAUSAS DE LA TENSIÓN ALTA

Cualquier factor que aumente la presión contra las paredes de las arterias puede ser causante de la tensión alta. Principalmente son:

- Enfermedades como la aterosclerosis, apnea el sueño, enfermedad renal, de la glandula suprarrenal y tiroidea.
- Ingesta de medicamentos como los anticonceptivos, antigripales y analgésicos.

SÍNTOMAS DE LA TENSIÓN BAJA

Algunos de los síntomas que nos indican una bajada de tensión son:

- Dolor de cabeza y nuca
- Sueño
- Nauseas
- Zumbido en oídos y visión doble
- Ahogos y palpitaciones

CAUSAS DE LA TENSION BAJA

La presión arterial varía a lo largo del día, siendo más baja por la noche y mañana alta en el momento de despertar. Además, la respiración, la posición del cuerpo, la alimentación, medicamentos, etc... Pueden modificar la tensión a lo largo del día. Causas de la tensión baja:

- Enfermedades cardíacas, deshidratación, infecciones, alergias, etc.
- Medicamentos como los diuréticos, antidepresivos, etc.

CÓMO VOLVER A TENER LA TENSIÓN EN VALORES NORMALES

Nuestra salud es el resultado de nuestro estilo de vida: lo que comemos, el ejercicio que hacemos, el estrés que acumulamos, etc. La tensión arterial es fácilmente medible y nos permite comprobar si conviene que modifiquemos nuestros hábitos de vida. No obstante, las personas que por factores hereditarios y

adquiridos son propensas a las bajadas de tensión, deben saber como subir la tensión cuando esto ocurre. De la misma forma que las personas hipertensas tienen que controlar que los niveles de tensión estén por debajo de la zona crítica.

En cualquier caso, para prevenir las enfermedades y riesgos producidos por una tensión arterial fuera del rango normal hay que hacerse chequeos médicos periódicos y medir al menos una vez al año la presión arterial para valorar su evolución. Hacer ejercicio de forma regular, mantener el peso, una dieta equilibrada y el apoyo de amigos y familiares es la mejor receta para controlar la presión arterial.

Cabe resaltar que se brinda atención primaria en salud domiciliaria a adultos mayores discapacitados.

De tal forma doy a conocer los nombres de las personas que presentaron HTA durante este periodo:

- MARIA NUVIA VERA DE ARGUELLO
- CECILIA DUARTE DE MONSALVE

De igual manera doy a conocer los nombres con Hipotensión arterial:

- ROSALBA BERDUGO DE VEGA
- FILOMENA CASTRO
- GONZALO AROCA
- GRACIELA RIBERO

SE RERALIZA SEGUIMIENTO A TALES PERSONAS, CON EL FIN DE DETECTAR COMPLICACIONES A TIEMPO, SE EDUCA A ADULTOS MAYORES Y FAMILIARES A CERCA DE LAS COMPLICACIONES QUE PUEDE TENER LA HIPERTENSIÓN E HIPOTENSIÓN ARTERIAL Y SE RECOMIENDA LA VISITA A MÉDICO TRATANTE CON EL FIN DE DAR SOLUCIÓN A ESTA COMPLICACION DE LA SALUD.

- **PAUSAS ACTIVAS**

Esta disciplina busca controlar los accidentes y las enfermedades producidas por el trabajo mediante la reducción de las condiciones de riesgo.

Dentro los factores de riesgo encontramos tareas repetitivas, manejo manual de cargas y condiciones ambientales. Estos factores de riesgo pueden provocar una importante carga física mental que desencadenara en lesiones musculo esqueléticas, estrés y enfermedades profesionales.

Para reducir estos riesgos se recomienda realizar pausas activas a las menos dos veces durante la jornada de trabajo, además de pausas de 5 minutos cada dos horas.

Las pausas activas son tiempos breves de descanso dentro de la jornada diaria que sirven para recuperar energía, mejorar el desempeño y reducir la fatiga muscular a través de diferentes técnicas y ejercicios.

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

- Disminuye el estrés
- Favorece el cambio de posturas y rutina de trabajo
- Libera estrés articular y muscular
- Estimula y favorece la circulación sanguínea
- Favorece la autoestima y capacidad de concentración en la jornada laboral
- Disminuye el riesgo de enfermedades profesionales
- Mejora el desempeño laboral y aumenta la productividad.

La fundación semillas de fe y esperanza procura mantener a los adultos mayores en constante movimiento mediante la realización de pausas activas diariamente cada 2 horas realizándose constantemente en una hora aproximada de las 10:00 am con una duración de 5-10 minutos de actividad física.



- **CHARLAS DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN**

Se proporciona a los adultos mayores charlas educativas sobre enfermedades con el fin de que aquellas personas conozcan su concepto, causas(de tal manera mejoran sus hábitos alimenticios), síntomas(así relacionan algunos quebrantos de salud que posiblemente los lleve a sospechar de tal enfermedad), tratamiento (con el fin de evitar la automedicación), y tratamiento que generalmente se recomienda cambiar de hábitos alimenticios, consumo de alimentos que beneficien su salud y ejercicio físico sin dejar atrás las recomendaciones médicas y los medicamentos esenciales. Se presentan estas charlas educativas de una manera gráfica por medio de folletos y tripticos con el fin de llamar la atención del público ya que los adultos mayores tienden a sentir somnolencia y muchas veces esta es la mejor manera para comprender el contenido de lo que se enseña; De igual manera se transmiten charlas sobre hábitos de vida saludables que ayudan a mejorar la calidad de vida dentro y fuera del centro vida. Durante este periodo se dictaron 4 charlas tituladas:

- **HIPERTENSION ARTERIAL**
- **CUIDADOS DE LA PIEL**
- **DIABETES**
- **CONSEJOS PARA PREVENIR LA OBESIDAD**

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERÍA HIPERTENSION ARTERIAL

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.


Guía Hipertensión Arterial
CLASIFICACIÓN HIPERTENSIÓN
<120/80 mmHg
Óptima
120/80 129/84
Norma l
130/85 139/89
Normal Alta
140/90 159/99
HTA Grado I
160/100 179/109
HTA Grado II
>180/100
HTA Grado III
>140/<90
HiperTensión Sistólica Aislada

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERIA CUIDADOS DE LA PIEL

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre 2022.

CUIDADO DE LA PIEL EN LOS ADULTOS MAYORES

1.- Limpiar el rostro diariamente con un jabón que vaya de acuerdo al tipo de piel y/o sea recomendado por un dermatólogo.



2.- Exfoliar la piel para desechar células muertas. Los exfoliantes los pueden encontrar en tiendas especializadas.



3.- Hidratar la piel con cremas de acuerdo a la edad y tipo de piel. Es un tratamiento posterior a la limpieza y exfoliación.



Emple protector solar en las zonas que se expongan al sol.

Consuma calcio para mantener la piel hidratada.



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERIA DIABETES

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre 2022.

¿Qué es la Diabetes?

Es una enfermedad en la que los niveles de glucosa (azúcar) de la sangre están muy altos

¿Cómo se diagnostica la diabetes?

1. Glucosa plasmática en ayunas ≥ **126 mg/dl**
2. Prueba aleatoria (o casual) de glucosa plasmática. Glucosa en la sangre **≥ 200 mg/dl**
3. Prueba de tolerancia a la glucosa oral Glucosa en la sangre a las 2 horas **≥ 200 mg/dl**

¿Qué tiene que hacer el paciente diabético?

1. Llevar un plan de **alimentación saludable.**
2. Realizar **ejercicio físico**
3. Control de la **glucemia**
4. Tratamiento **farmacológico o insulina** (según tipo de diabetes)

RECUERDA



MANTENER TU PESO PARA PREVENIR LA APARICIÓN DE DIABETES II



CONTROLAR EL NIVEL DE GLUCEMIA



REALIZAR EJERCICIO. ESPECIALMENTE 1H DESPUÉS DE COMER.



CUMPLIR CON EL HORARIO DE TU INSULINA O MEDICACIÓN



CUIDAR A DIARIO TUS PIES



EN CASO DE HIPOGLUCEMIA CONSUME AZÚCAR, REFRESCOS AZUCARADOS,..

CONTROLA LA

DIABETES



CON TU ALIMENTACIÓN



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERIA CONSEJOS PARA PREVEIR LA OBESIDAD

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre 2022.

10 CONSEJOS PARA PREVENIR LA OBESIDAD



1.COMER FRUTAS Y VERDURAS TODOS LOS DÍAS



2.COMER MENOS DULCES Y SNAKCS



3.BEBER MENOS GASEOSAS



4.EVITAR EL ALCOHOL

5.COMER LEGUMBRES COMO ARVEJAS, LENTEJAS, POROTOS



6.EVITAR FRITURAS



7.BEBER ABUNDANTE AGUA



8.REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA

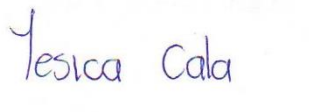
9.DISMINUIR EL CONSUMO DE SAL



10.CONSUMIR VARIEDAD DE ALIMENTOS

CONCLUSIONES DE ENFERMERÍA

- Los adultos mayores utilizaron prácticas de autocuidado diariamente.
- Se llevó a cabo el control diario de signos vitales.
- Cada adulto mayor asiste a sus controles médicos mensuales puntualmente, además de la correcta ingesta de medicamentos el cual se evidencia en su estado de salud.
- Se brindó educación sobre inquietudes de los adultos mayores mediante charlas educativas, notando cambios en sus estilos de vida.
- Se mantuvo el grupo de 60 adultos mayores en constante actividad física.
- Se brindó apoyo en actividades diarias.
- Se realizó acompañamiento domiciliario a adultos mayores discapacitados inscritos.



_____

YESICA TATIANA CALA
Auxiliar de enfermería
T.P. 0583

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: FOTOGRAFÍAS ATENCIÓN EN ENFERMERÍA

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

ATENCIÓN DE ENFERMERÍA -TOMA DE TENSIÓN ARTERIAL























CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: REGISTRO TOMA DE TENSIÓN ARTERIAL

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

		FECHA	13 DE OCTUBRE			14 DE OCTUBRE			18 DE OCTUBRE			19 DE OCTUBRE			20 DE OCTUBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
1	AGON GILMA	28.418.949	120/70	68	20	100/65	67	21	115/70	68	21	100/65	68	20	110/70	68	19
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	110/70	67	21	100/65	68	18	100/60	67	20	100/60	67	22	120/70	70	18
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	120/70	67	20	130/75	67	20	120/75	67	18	130/80	67	18	100/65	67	20
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	5.762.010	110/70	67	20	120/75	68	18	100/60	67	18	100/60	69	19	110/70	67	18
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/70	67	19	100/65	70	18	120/70	68	17	100/65	67	20	100/60	68	21
6	AROCA GONZALO	7.455.052	120/70	69	20	110/70	67	18	100/65	67	20	100/60	68	20	100/65	67	18
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	110/70	67	18	100/65	68	19	120/70	68	18	110/70	67	18	100/60	67	18
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	130/70	67	20	125/80	68	18	130/85	68	22	120/75	67	19	125/75	68	18
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	120/70	68	18	130/80	67	18	120/70	70	20	120/70	67	19	130/80	68	21
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	80/50	67	20	80/50	67	17	90/65	67	19	100/60	67	20	120/70	68	18
11	BERNAL DULCELINA	28.098.728	100/65	68	20	120/70	67	20	100/65	70	21	110/70	68	21	100/65	68	18
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	28.172.260	120/80	67	21	100/66	68	18	110/70	68	18	130/70	68	18	120/75	68	19
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	120/80	68	18	100/65	67	21	120/70	67	18	100/65	67	20	110/75	68	18
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	100/60	68	20	120/70	68	19	120/70	68	18	100/65	68	19	100/70	69	20
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	37.941.121	120/70	67	20	110/70	67	18	110/70	70	21	110/70	70	20	100/65	68	20
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	41.386.412	110/70	68	19	120/70	68	18	120/70	70	18	120/70	67	18	120/80	67	22
17	CASTRO FILOMENA	28.424.169	100/60	67	18	90/60	67	19	80/50	67	19	120/80	70	20	115/70	68	18
18	CASTRO RINCON RICARDO	2.1 04.100	120/70	67	20	100/60	68	21	110/70	67	22	100/70	68	20	100/70	69	18
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	115/70	68	21	110/70	68	21	120/80	67	19	100/65	69	18	120/70	70	18
20	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	130/70	68	19	120/75	67	18	100/60	68	17	110/75	69	18	100/60	67	18



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

		FECHA	13 DE OCTUBRE			14 DE OCTUBRE			18 DE OCTUBRE			19 DE OCTUBRE			20 DE OCTUBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	28.280.029	120/80	67	18	110/70	68	18	120/80	67	18	120/70	68	18	100/65	70	17
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	120/75	68	19	110/75	68	20	100/65	67	20	130/70	68	18	120/70	68	18
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	120/70	68	19	130/75	67	20	120/80	68	19	110/75	68	22	100/70	68	20
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	110/70	68	20	120/70	68	19	100/65	67	20	120/80	67	19	120/70	67	20
25	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	110/70	67	20	120/75	68	18	100/60	67	18	100/60	69	19	110/70	67	18
26	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	120/80	67	17	125/70	68	19	100/60	68	19	120/70	69	18	100/70	67	22
27	JAIMES DE ARENAS HILDA	28.420.600	130/80	67	19	120/75	70	20	120/70	69	19	125/70	68	19	100/65	67	18
28	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	110/75	67	21	120/80	67	19	120/75	68	19	110/70	68	22	120/80	68	21
29	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	120/80	67	19	120/80	68	22	120/80	67	19	100/65	67	18	115/70	67	18
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	130/80	67	22	140/70	68	19	130/75	67	22	130/80	67	19	110/75	68	20
31	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	120/70	68	20	120/70	67	19	120/70	68	20	120/70	68	19	115/70	67	21
32	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	130/70	67	19	125/75	68	19	130/85	68	20	140/85	70	21	120/80	69	19
33	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	120/70	68	20	130/80	67	20	125/80	70	21	140/80	68	20	135/70	69	21
34	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	2.175.430	110/70	67	19	125/70	67	19	120/70	67	19	130/85	67	19	125/75	70	22
35	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	110/65	67	19	130/80	70	19	120/70	68	20	120/75	67	20	120/75	70	19
36	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	120/80	68	21	130/80	67	19	110/75	68	19	110/75	68	21	120/80	70	21
37	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	100/70	67	21	130/80	70	21	120/80	68	19	120/70	67	19	120/70	68	19
38	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	28.276.600	120/75	67	19	120/80	67	19	120/75	68	19	120/75	68	19	135/70	68	19
39	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	120/75	68	19	110/70	68	19	120/75	67	19	110/75	120/80	69	20	110/70	68
40	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	120/75	67	19	120/70	67	19	120/75	68	18	120/75	68	19	120/75	68	19



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

			13 DE OCTUBRE			14 DE OCTUBRE			18 DE OCTUBRE			19 DE OCTUBRE			20 DE OCTUBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
41	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	120/75	68	19	120/80	70	21	130/80	70	22	120/80	67	19	120/85	67	22
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	120/70	67	19	110/75	68	118	115/75	68	21	100/65	68	22	100/65	68	19
43	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	120/80	67	17	125/70	68	19	100/60	68	19	120/70	69	18	100/70	67	22
44	RIBERO GRACIELA	28.424.455	130/80	67	19	120/75	70	20	120/70	69	19	125/70	68	19	100/65	67	18
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	110/75	67	21	120/80	67	19	120/75	68	19	110/70	68	22	120/80	68	21
46	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	120/80	67	19	120/80	68	22	120/80	67	19	100/65	67	18	115/70	67	18
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	130/80	67	22	140/70	68	19	130/75	67	22	130/80	67	19	110/75	68	20
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	120/70	68	20	120/70	67	19	120/70	68	20	120/70	68	19	115/70	67	21
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	120/70	67	19	100/65	70	18	120/70	68	17	100/65	67	20	100/60	68	21
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	120/70	69	20	110/70	67	18	100/65	67	20	100/60	68	20	100/65	67	18
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	110/70	67	18	100/65	68	19	120/70	68	18	110/70	67	18	100/60	67	18
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	100/65	70	21	120/75	67	19	125/75	68	19	100/70	68	20	115/75	68	20
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	28.423.878	120/70	67	19	100/65	70	18	120/70	68	17	100/65	67	20	100/60	68	21
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	120/70	69	20	110/70	67	18	100/65	67	20	100/60	68	20	100/65	67	18
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	110/70	67	18	100/65	68	19	120/70	68	18	110/70	67	18	100/60	67	18
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	17.145.566	130/80	67	19	120/75	70	20	120/70	69	19	125/70	68	19	100/65	67	18
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	110/75	67	21	120/80	67	19	120/75	68	19	110/70	68	22	120/80	68	21
58	VERA CAMPOS ISLENA	37.940.514	120/80	67	19	120/80	68	22	120/80	67	19	100/65	67	18	115/70	67	18
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	130/80	67	22	140/70	68	19	130/75	67	22	130/80	67	19	110/75	68	20
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	120/70	68	20	120/70	67	19	120/70	68	20	120/70	68	19	115/70	67	21

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

		FECHA	21 DE OCTUBRE			24 DE OCTUBRE			25 DE OCTUBRE			26 DE OCTUBRE			27 DE OCTUBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	120/80	68	20	120/75	68	18	100/65	67	21	120/70	69	19	100/70	70	20
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	100/60	67	21	105/60	68	20	110/70	68	20	120/70	68	20	100/70	69	19
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	120/70	69	19	120/80	68	19	120/75	67	19	115/70	68	20	100/65	70	19
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	5.762.010	120/70	70	19	120/75	70	19	115/65	70	20	125/75	68	21	115/65	69	18
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/70	70	20	120/80	69	20	130/80	70	19	120/70	68	19	130/75	70	18
6	AROCA GONZALO	7.455.052	100/60	68	20	90/60	68	19	120/60	68	17	100/60	67	18	90/55	68	19
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	100/60	67	20	100/65	67	21	100/55	67	19	90/55	67	21	100/60	70	21
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	130/70	67	21	135/80	67	21	125/80	68	19	120/85	67	21	130/70	67	20
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	100/65	68	19	110/60	68	18	100/70	69	20	100/60	70	21	125/75	69	20
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	90/55	67	18	80/50	69	19	100/70	69	19	110/70	68	21	90/55	70	21
11	BERNAL DULCELINA	28.098.728	120/75	68	19	125/75	68	18	110/70	70	20	100/60	70	19	120/70	70	21
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	28.172.260	120/75	68	19	120/80	67	21	110/70	70	19	110/70	68	20	125/80	68	20
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	100/70	68	19	120/75	67	18	110/70	70	21	120/70	67	19	120/80	70	18
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	120/80	67	19	130/80	67	18	120/80	68	19	13080	67	19	120/70	67	19
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	37.941.121	100/65	68	19	120/70	67	19	100/70	68	19	120/70	67	21	100/70	69	21
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	41.386.412	120/70	67	19	120/75	68	19	100/70	69	19	130/80	68	20	100/70	67	17
17	CASTRO FILOMENA	28.424.169	90/55	67	19	100/60	70	19	100/65	70	17	120/70	70	20	120/70	68	21
18	CASTRO RINCON RICARDO	2.1 04.100	100/70	68	20	100/65	68	19	120/70	67	20	100/70	69	19	130/70	68	19
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	100/70	68	19	110/70	69	19	120/80	68	19	100/60	67	20	125/80	68	19
20	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	130/80	67	18	120/75	68	22	110/70	68	20	115/70	70	21	125/80	67	19



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

		FECHA	21 DE OCTUBRE			24 DE OCTUBRE			25 DE OCTUBRE			26 DE OCTUBRE			27 DE OCTUBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	28.280.029	100/70	69	18	120/75	70	18	120/75	68	18	130/80	70	18	130/70	68	18
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	120/70	71	18	110/60	69	19	110/70	67	17	150/90	67	18	120/70	69	19
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	100/65	67	18	120/75	68	19	120/80	67	19	130/65	69	19	120/65	69	19
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	100/60	70	18	115/80	70	19	120/75	68	19	120/70	72	19	110/70	68	17
25	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	130/70	68	22	130/75	67	21	120/80	68	19	110/70	71	18	130/70	70	18
26	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	100/60	68	21	90/55	68	18	100/60	69	18	90/50	68	20	90/50	68	18
27	JAIMES DE ARENAS HILDA	28.420.600	120/70	67	18	100/65	68	17	110/75	70	18	140/85	68	19	130/70	69	22
28	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	110/75	70	18	120/70	77	21	100/70	68	18	120/85	68	19	120/70	69	18
29	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	100/65	68	19	110/70	68	20	120/80	69	20	120/75	67	18	100/70	71	20
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	120/80	72	19	130/75	68	18	120/70	72	18	130/80	68	18	120/80	68	18
31	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	120/85	68	19	120/80	69	18	120/65	68	19	120/60	67	19	120/75	69	19
32	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	120/75	67	18	120/80	68	18	100/60	69	18	120/70	70	21	100/65	69	19
33	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	100/60	68	18	120/70	67	20	120/65	72	18	100/65	72	20	120/75	70	18
34	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	2.175.430	120/60	67	19	120/70	67	21	120/75	68	18	130/80	68	18	120/65	70	18
35	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	120/70	70	21	100/60	72	20	125/80	68	20	130/65	67	19	120/70	68	18
36	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	100/65	72	20	120/70	70	18	120/80	69	21	120/70	69	20	120/80	69	21
37	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	130/80	68	18	120/70	68	18	120/70	69	18	100/65	69	18	120/85	68	21
38	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	28.276.600	130/65	67	19	120/70	69	19	120/60	71	18	110/75	69	19	120/75	67	18
39	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	120/70	69	20	130/80	73	19	110/65	71	18	120/80	72	19	130/70	68	19
40	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	100/65	69	18	120/75	68	21	100/60	72	19	100/85	71	18	120/70	68	19



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

		FECHA	21 DE OCTUBRE			24 DE OCTUBRE			25 DE OCTUBRE			26 DE OCTUBRE			27 DE OCTUBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
41	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	110/70	68	20	110/70	70	22	120/80	67	19	100/70	69	18	120/75	70	18
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	120/70	68	18	100/65	67	18	110/65	67	21	120/70	71	18	110/60	69	19
43	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	120/65	69	18	110/65	68	21	100/70	69	18	100/65	67	18	120/75	68	19
44	RIBERO GRACIELA	28.424.455	100/60	68	18	100/65	71	18	110/740	67	18	100/60	70	18	120/70	70	19
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	120/70	67	20	100/65	70	19	100/60	72	18	130/70	68	22	130/75	67	21
46	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	120/70	67	21	100/65	68	19	110/60	68	21	100/60	68	21	110/60	68	18
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	100/60	72	20	110/65	67	18	120/65	68	22	120/70	67	18	100/65	68	17
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	120/70	70	18	120/70	69	20	120/80	71	18	110/75	70	18	120/70	77	21
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	120/70	68	18	120/80	67	21	110/70	68	20	100/65	68	19	110/70	68	20
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	90/60	69	19	100/65	72	20	100/60	68	18	100/70	72	19	100/65	68	18
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	130/80	73	19	100/65	68	18	120/80	69	18	120/85	68	19	120/80	69	18
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	120/75	68	21	120/70	69	18	120/80	68	18	120/75	67	18	120/80	68	18
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	28.423.878	120/70	69	18	110/65	67	19	120/70	67	20	100/60	68	18	120/70	67	20
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	130/70	69	18	110/65	68	21	120/70	67	21	120/60	67	19	120/70	67	21
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	120/70	70	20	120/75	71	18	100/60	72	20	120/70	70	21	100/60	72	20
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	17.145.566	110/65	68	21	100/65	70	19	120/70	70	18	100/65	72	20	120/70	70	18
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	120/85	71	18	120/70	68	19	120/70	68	18	130/80	68	18	120/70	68	18
58	VERA CAMPOS ISLENA	37.940.514	100/65	70	19	110/65	67	18	120/70	69	19	130/65	67	19	120/70	69	19
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	120/70	68	19	120/70	69	20	130/80	73	19	120/70	69	20	130/80	73	19
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	110/65	67	18	120/80	67	21	120/75	68	21	100/65	69	18	120/75	68	21

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

		FECHA	28 DE OCTUBRE			31 DE OCTUBRE			01 DE NOVIEMBRE			02 DE NOVIEMBRE			03 DE NOVIEMBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	110/65	68	18	120/80	70	19	120/75	68	20	120/70	67	18	120/80	68	20
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	110/70	69	20	110/70	72	20	110/65	68	21	110/75	68	20	120/70	68	21
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	100/60	68	18	120/70	68	18	120/80	69	18	125/78	69	21	110/60	68	20
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	5.762.010	100/60	69	18	110/65	69	19	110/75	70	18	120/75	69	20	120/70	68	18
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/80	68	18	130/65	68	20	120/80	68	20	130/80	69	18	135/70	68	20
6	AROCA GONZALO	7.455.052	90/55	67	20	110/70	70	21	110/60	69	18	90/60	67	18	80/55	68	19
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	120/70	67	21	100/65	68	20	100/70	70	18	120/80	67	19	130/70	69	18
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	100/60	72	20	125/70	70	18	120/80	71	21	110/75	68	19	120/75	69	18
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	120/70	70	18	115/70	69	20	100/60	71	18	120/65	68	18	120/80	67	19
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	90/60	68	18	80/50	68	20	100/60	69	19	90/55	67	20	90/60	70	19
11	BERNAL DULCELINA	28.098.728	120/70	69	19	110/65	67	21	100/60	68	19	120/85	69	20	110/75	69	20
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	28.172.260	130/80	73	19	120/70	72	18	115/75	69	19	135/70	69	20	110/70	70	18
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	120/75	68	21	120/85	68	19	100/60	68	21	120/80	70	18	100/60	68	19
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	120/70	69	18	100/70	68	18	120/60	68	18	100/60	70	19	110/60	69	18
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	37.941.121	130/70	69	18	120/70	69	20	100/60	70	21	115/75	68	21	110/75	69	18
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	41.386.412	120/70	72	21	120/85	67	21	100/60	70	110/65	120/85	69	20	120/75	70	18
17	CASTRO FILOMENA	28.424.169	90/50	69	18	100/60	72	19	110/75	69	120/8	110/60	69	18	90/55	68	18
18	CASTRO RINCON RICARDO	2.1 04.100	100/75	69	18	120/75	71	18	100/60	69	20	120/70	70	19	120/70	69	20
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	130/80	69	19	110/70	68	17	120/60	67	18	120/85	68	20	110/70	69	21
20	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	120/70	67	19	110/60	68	21	100/60	67	18	120/80	69	20	115/70	70	18



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

			28 DE OCTUBRE			31 DE OCTUBRE			01 DE NOVIEMBRE			02 DE NOVIEMBRE			03 DE NOVIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	28.280.029	120/70	70	18	120/70	68	18	100/70	70	19	130/85	67	16	110/80	67	18
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	130/75	68	19	125/70	69	19	110/70	68	18	120/75	70	18	110/70	68	19
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	120/70	69	17	110/70	69	19	125/80	69	18	100/65	68	18	100/70	68	19
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	130/80	69	18	100/75	67	18	100/70	69	19	110/70	69	18	120/70	69	17
25	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	100/65	68	19	90/60	67	22	90/60	67	20	110/80	69	18	120/70	68	18
26	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	110/70	68	19	120/80	70	17	120/75	67	21	130/80	68	20	120/80	68	18
27	JAIMES DE ARENAS HILDA	28.420.600	120/80	66	17	125/70	71	19	130/80	68	20	100/75	66	21	120/70	70	19
28	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	135/70	67	18	130/80	70	18	125/75	68	18	130/70	67	20	120/70	68	18
29	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	130/70	68	19	120/80	68	16	120/750	67	18	120/70	67	21	110/75	69	20
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	130/70	67	19	135/70	68	20	135/70	66	17	125/80	68	18	120/80	67	21
31	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	130/75	67	20	130/80	70	21	125/80	67	18	120/80	68	19	120/70	66	18
32	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	120/70	67	21	110/75	70	17	125/85	67	20	110/75	68	18	130/80	68	18
33	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	100/65	71	18	120/70	69	20	130/70	68	21	100/70	70	18	120/80	69	17
34	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	2.175.430	130/80	69	18	130/60	69	22	100/70	69	18	120/80	68	20	110/60	68	19
35	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	120/75	68	19	100/70	68	21	120/80	68	20	120/65	69	17	120/70	68	18
36	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	100/60	70	18	120/70	68	20	110/65	70	21	130/75	69	18	130/65	70	18
37	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	100/70	68	18	120/70	67	18	130/80	67	18	120/70	67	18	130/70	68	19
38	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	28.276.600	120/65	69	20	100/75	67	19	100/60	70	19	120/70	68	20	120/80	69	19
39	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	120/70	69	21	120/80	68	19	125/70	68	18	120/80	68	20	100/70	70	20
40	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	100/70	67	20	100/60	70	20	110/70	69	19	130/70	70	18	120/80	71	21

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE EL 13 DE OCTUBRE - 16 DE NOVEIMBRE DE 2022

			28 DE OCTUBRE			31 DE OCTUBRE			01 DE NOVIEMBRE			02 DE NOVIEMBRE			03 DE NOVIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
41	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	120/60	70	16	100/65	68	20	110/65	68	17	120/80	68	18	100/70	68	18
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	130/85	68	18	130/70	69	20	135/70	67	18	130/65	69	19	130/70	69	19
43	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	130/80	69	18	110/70	69	18	120/80	69	18	120/80	69	19	120/80	69	19
44	RIBERO GRACIELA	28.424.455	100/60	67	19	100/60	70	19	100/70	66	18	100/70	70	20	100/60	67	16
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	100/60	68	19	120/70	68	22	100/70	70	20	100/65	68	21	100/60	70	20
46	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	110/70	68	18	110/70	69	20	110/70	68	21	120/80	70	18	100/60	68	18
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	135/70	69	20	110/65	68	21	120/80	69	20	110/80	69	20	120/85	69	20
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	130/70	68	18	120/80	68	18	130/80	69	18	130/80	69	12	130/80	69	18
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	120/70	68	18	120/65	67	18	120/70	67	18	120/70	66	18	120/80	67	21
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	130/75	68	20	140/80	67	8	120/70	67	19	130/75	67	20	140/85	67	18
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	135/80	67	21	135/70	70	18	120/70	67	20	135/70	69	21	135/85	68	19
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	120/80	70	18	100/70	68	19	130/70	69	16	120/70	66	18	110/70	69	18
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	28.423.878	110/80	68	18	120/70	69	19	110/70	69	20	120/70	68	20	120/70	68	18
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	120/70	67	18	100/75	68	18	120/80	68	18	120/70	66	20	100/65	70	21
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	100/65	67	19	130/80	69	20	130/80	67	18	130/70	70	18	110/60	68	18
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	17.145.566	100/60	69	19	110/70	69	17	120/80	70	20	130/80	68	19	120/80	69	19
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	110/70	67	20	120/80	71	20	120/80	70	18	130/80	69	19	100/70	68	18
58	VERA CAMPOS ISLENA	37.940.514	100/60	69	21	120/70	68	18	100/70	68	12	120/70	69	19	100/70	7068	20
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	130/70	68	20	130/70	69	16	120/80	69	18	120/80	70	16	120/70	68	21
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	160/80	67	18	155/80	69	20	140/70	69	20	150/75	68	17	160/70	67	18

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 13 DE OCTUBRE- 16 DE NOVIEMBRE DE 2022

		FECHA	04 DE NOVIEMBRE			08 DE NOVIEMBRE			09 DE NOVIEMBRE			10 DE NOVIEMBRE			11 DE NOVIEMBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	120/70	68	20	130/80	68	21	120/70	68	20	110/70	67	20	120/80	68	21
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	120/80	68	18	120/75	68	20	120/60	69	18	100/75	68	19	100/60	68	20
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	125/70	68	19	130/80	70	18	120/80	67	19	120/80	68	18	120/80	69	21
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	5.762.010	120/80	70	18	135/80	68	18	100/65	69	19	120/80	68	18	100/60	70	18
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	130/75	71	20	120/80	67	19	130/70	69	18	120/75	68	18	120/60	68	18
6	AROCA GONZALO	7.455.052	80/55	70	21	90/55	70	19	90/60	69	19	100/55	71	18	90/55	69	19
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	110/65	70	20	120/70	68	20	115/70	69	20	120/70	70	20	100/50	69	19
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	120/75	68	18	130/80	69	20	100/60	68	20	120/70	69	19	120/85	69	19
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	110/70	70	18	120/70	68	18	120/70	68	18	100/75	70	18	130/70	70	20
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	80/50	69	20	100/60	70	18	90/60	69	19	100/60	68	18	100/60	71	18
11	BERNAL DULCELINA	28.098.728	120/70	68	18	120/80	68	19	130/70	69	19	120/75	70	20	120/70	70	18
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	28.172.260	100/65	69	21	120/80	69	19	120/60	70	20	120/80	70	21	130/70	68	19
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	120/80	68	18	130/80	69	20	120/80	68	18	120/80	67	18	140/80	69	19
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	130/75	70	19	120/80	70	18	100/60	69	20	110/75	67	18	120/70	69	20
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	37.941.121	110/75	68	19	130/80	70	20	120/70	69	21	110/70	69	19	110/75	69	18
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	41.386.412	120/80	69	20	115/65	71	18	120/60	69	20	100/60	70	21	125/78	67	19
17	CASTRO FILOMENA	28.424.169	90/60	69	18	80/55	69	19	115/70	70	21	110/60	68	18	100/60	67	20
18	CASTRO RINCON RICARDO	2.1 04.100	110/60	70	21	135/80	69	19	120/80	67	18	110/75	69	19	130/80	68	18
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	115/80	69	18	135/80	67	20	120/70	69	19	120/75	70	18	130/75	69	19
20	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	120/70	69	20	110/70	69	19	115/75	69	20	120/80	68	21	130/75	69	19



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 13 DE OCTUBRE- 16 DE NOVIEMBRE DE 2022

		FECHA	04 DE NOVIEMBRE			08 DE NOVIEMBRE			09 DE NOVIEMBRE			10 DE NOVIEMBRE			11 DE NOVIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	28.280.029	120/70	69	21	120/75	68	18	120/80	67	19	100/70	69	19	120/75	68	20
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	120/70	69	20	110/65	68	18	120/70	67	19	130/80	67	17	110/70	70	18
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	120/70	68	20	120/80	68	21	110/60	67	21	120/70	67	18	120/80	68	18
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	120/80	67	19	110/75	67	18	120/70	69	18	100/60	67	18	120/750	69	18
25	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	120/70	67	16	120/80	69	19	135/70	69	20	100/70	69	19	100/65	69	20
26	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	130/80	67	17	110/60	66	19	120/70	69	21	120/80	66	19	120/70	69	21
27	JAIMES DE ARENAS HILDA	28.420.600	120/80	70	21	100/70	67	19	130/70	69	18	120/70	67	19	100/65	69	18
28	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	100/60	68	20	120/80	67	18	120/75	70	21	120/80	67	18	120/70	70	21
29	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	100/60	69	18	100/60	68	20	120/80	70	18	100/70	68	20	115/80	70	18
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	130/85	67	19	130/75	70	18	120/80	68	18	130/80	70	18	140/75	68	18
31	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	120/70	69	19	100/60	68	20	110/75	69	19	125/80	68	20	110/65	69	19
32	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	100/80	69	16	115/75	66	21	110/70	69	19	130/75	66	21	120/80	69	19
33	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	130/80	70	17	100/60	70	20	100/60	69	18	120/80	70	20	110/75	69	18
34	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	2.175.430	110/70	68	18	120/60	67	18	110/60	69	18	100/65	67	18	120/80	69	18
35	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	130/70	69	18	100/60	68	19	110/75	68	20	120/70	68	19	110/60	68	20
36	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	120/75	68	19	100/60	68	19	120/75	68	18	120/80	68	19	100/70	68	18
37	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	120/70	69	20	115/75	68	20	120/80	70	18	100/60	68	20	120/80	70	18
38	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	28.276.600	120/70	70	21	100/60	69	18	120/70	69	20	120/65	69	18	100/60	69	20
39	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	130/75	68	18	120/60	69	19	110/70	70	18	130/70	69	19	120/60	70	18
40	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	130/70	69	16	135/80	67	20	120/70	68	20	130/80	67	20	100/70	68	20



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 13 DE OCTUBRE- 16 DE NOVIEMBRE DE 2022

			04 DE NOVIEMBRE			08 DE NOVIEMBRE			09 DE NOVIEMBRE			10 DE NOVIEMBRE			11 DE NOVIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
41	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	120/80	70	19	120/75	70	19	120/70	67	18	120/80	68	20	110/70	70	22
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	110/70	72	20	110/65	72	20	110/75	68	20	120/70	68	21	100/65	67	18
43	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	120/70	68	18	120/80	68	18	125/78	69	21	110/60	68	20	110/65	68	21
44	RIBERO GRACIELA	28.424.455	110/65	69	19	110/75	69	19	120/75	69	20	120/70	68	18	120/70	71	18
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	130/65	68	20	120/80	68	20	130/80	69	18	135/70	68	20	100/65	70	19
46	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	110/70	70	21	110/60	70	21	130/75	67	18	120/70	68	19	100/55	68	19
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	100/65	68	20	100/70	68	20	120/80	67	19	130/70	69	18	110/65	67	18
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	125/70	70	18	120/80	70	18	110/75	68	19	120/75	69	18	120/70	69	20
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	115/70	69	20	100/60	69	20	120/65	68	18	120/80	67	19	120/80	67	21
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	120/75	68	20	130/75	68	20	150/80	67	20	120/80	70	19	100/65	72	20
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	110/65	67	21	100/60	67	21	120/85	69	20	110/75	69	20	100/65	68	18
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	120/70	72	18	115/75	72	18	135/70	69	20	110/70	70	18	120/70	69	18
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	28.423.878	120/85	68	19	100/60	68	19	120/80	70	18	100/60	68	19	110/65	67	19
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	100/70	68	18	120/60	68	18	100/60	70	19	110/60	69	18	110/65	68	21
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	120/70	69	20	100/60	69	20	115/75	68	21	110/75	69	18	120/75	71	18
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	17.145.566	120/85	67	21	100/60	67	21	120/85	69	20	120/75	70	18	100/65	70	19
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	120/80	72	19	115/75	72	19	110/60	69	18	120/80	68	18	120/70	68	19
58	VERA CAMPOS ISLENA	37.940.514	120/75	71	18	100/60	71	18	120/70	70	19	120/70	69	20	110/65	67	18
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	110/70	68	17	120/60	68	17	120/85	68	20	110/70	69	21	120/70	69	20
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	150/70	68	21	140/80	68	21	150/70	69	20	160/85	70	18	120/80	67	21



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 13 DE OCTUBRE- 16 DE NOVIEMBRE DE 2022

		FECHA	15 DE NOVIEMBRE			16 DE NOVIEMBRE											
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	130/80	68	21	120/70	68	20									
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	120/75	68	20	120/60	69	18									
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	130/80	70	18	120/80	67	19									
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	5.762.010	135/80	68	18	100/65	69	19									
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/80	67	19	130/70	69	18									
6	AROCA GONZALO	7.455.052	90/55	70	19	90/60	69	19									
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	120/70	68	20	115/70	69	20									
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	130/80	69	20	100/60	68	20									
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	120/70	68	18	120/70	68	18									
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	100/60	70	18	90/60	69	19									
11	BERNAL DULCELINA	28.098.728	120/80	68	19	130/70	69	19									
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	28.172.260	120/80	69	19	120/60	70	20									
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	130/80	69	20	120/80	68	18									
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	120/80	70	18	100/60	69	20									
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	37.941.121	130/80	70	20	120/70	69	21									
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	41.386.412	115/65	71	18	120/60	69	20									
17	CASTRO FILOMENA	28.424.169	80/55	69	19	115/70	70	21									
18	CASTRO RINCON RICARDO	2.1 04.100	135/80	69	19	120/80	67	18									
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	135/80	67	20	120/70	69	19									
20	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	110/70	69	19	115/75	69	20									

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 13 DE OCTUBRE- 16 DE NOVIEMBRE DE 2022

		FECHA	15 DE NOVIEMBRE			16 DE NOVIEMBRE											
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	28.280.029	110/70	68	20	110/70	70	22									
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	120/70	68	18	100/65	67	18									
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	120/65	69	18	110/65	68	21									
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	100/60	68	18	100/65	71	18									
25	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	120/70	67	20	100/65	70	19									
26	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	90/55	67	21	100/65	68	19									
27	JAIMES DE ARENAS HILDA	28.420.600	100/60	72	20	110/65	67	18									
28	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	120/70	70	18	120/70	69	20									
29	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	120/70	68	18	120/80	67	21									
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	90/60	69	19	100/65	72	20									
31	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	130/80	73	19	100/65	68	18									
32	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	120/75	68	21	120/70	69	18									
33	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	120/70	69	18	110/65	67	19									
34	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	2.175.430	130/70	69	18	110/65	68	21									
35	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	120/70	70	20	120/75	71	18									
36	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	110/65	68	21	100/65	70	19									
37	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	120/85	71	18	120/70	68	19									
38	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	28.276.600	100/65	70	19	110/65	67	18									
39	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	120/70	68	19	120/70	69	20									
40	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	110/65	67	18	120/80	67	21									



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 13 DE OCTUBRE- 16 DE NOVIEMBRE DE 2022

		FECHA	11 DE OCTUBRE			12 DE OCTUBRE											
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
41	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	120/75	68	18	130/80	70	18									
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	110/70	67	17	110/70	67	18									
43	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	120/80	67	19	130/65	69	19									
44	RIBERO GRACIELA	28.424.455	120/75	68	19	120/70	72	19									
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	120/80	68	19	110/70	71	18									
46	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	130/75	69	18	100/60	68	20									
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	110/75	70	18	125/70	68	19									
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	100/70	68	18	120/85	68	19									
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	120/80	69	20	120/75	67	18									
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	130/70	72	18	100/60	68	18									
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	120/65	68	19	120/60	67	19									
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	100/60	69	18	120/70	70	21									
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	28.423.878	120/65	72	18	100/65	72	20									
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	120/75	68	18	130/80	68	18									
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	125/80	68	20	130/65	67	19									
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	17.145.566	120/80	69	21	120/70	69	20									
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	120/70	69	18	100/65	69	18									
58	VERA CAMPOS ISLENA	37.940.514	120/60	71	18	110/75	69	19									
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	110/65	71	18	120/80	72	19									
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	130/70	72	19	140/75	71	18									

CENTRO VIDA

FUNDACION SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

DOCUMENTO ANEXO: ATENCION A ADULTOS MAYORES DISCAPACITADOS

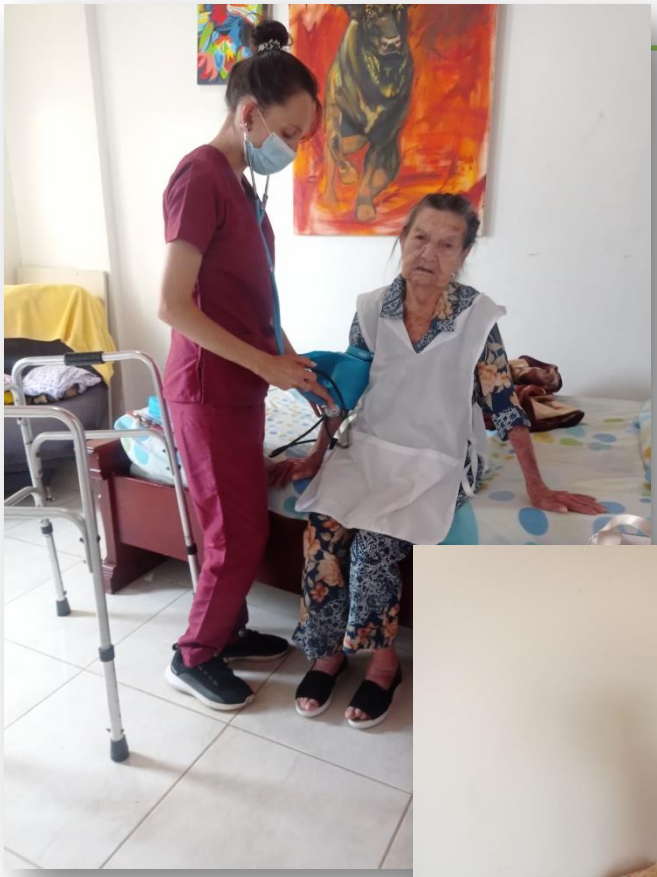
PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

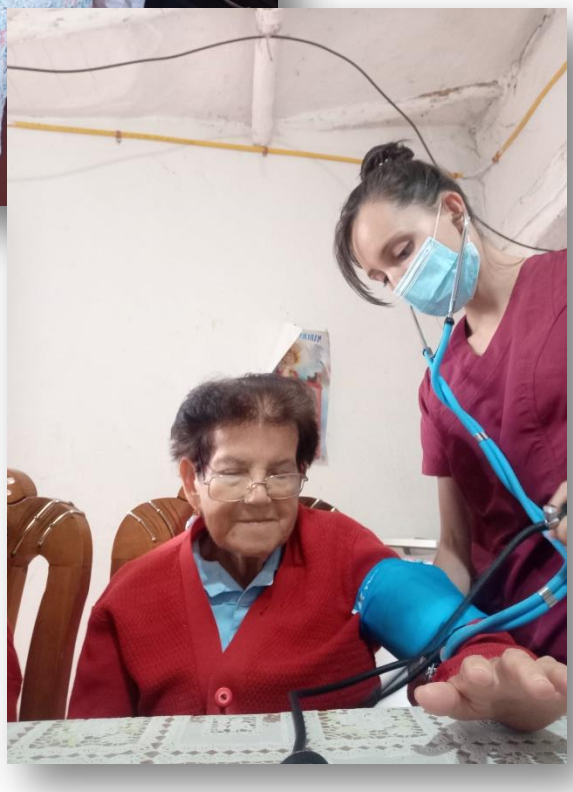






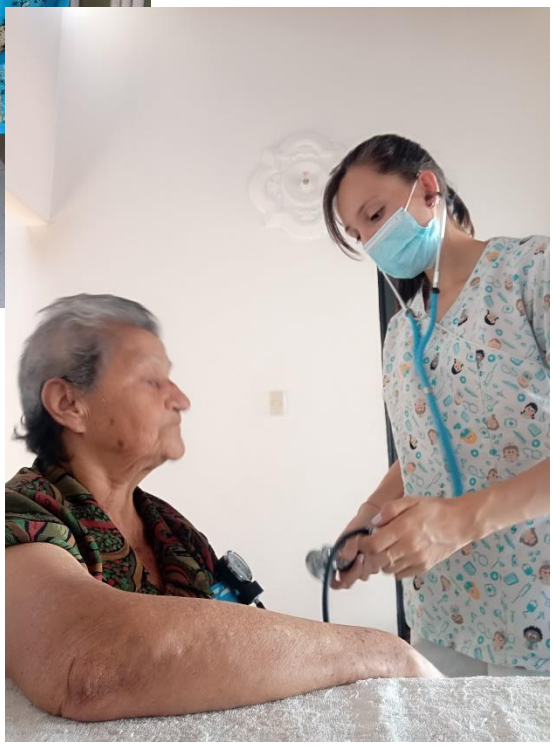












CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: ASEGURAMIENTO EN SALUD

4. Aseguramiento en salud de la población adulto mayor, será universal en todos los niveles de complejidad, incluyendo a los adultos mayores.

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.



FUNDACION CENTRO VIDA

SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

ITEM	NOMBRE	CEDULA	SEGURIDAD SOCIAL	RÉGIMEN	
				SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO
1	AGON GILMA	28.418.949	COOSALUD	X	
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	NUEVA EPS	X	
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	COOSALUD	X	
4	ARGUELLO PINZON ALVARO	5.762.010	NUEVA EPS	X	
5	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	COOSALUD	X	
6	AROCA GONZALO	7.455.052	COOSALUD	X	
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	COOSALUD	X	
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	COOSALUD	X	
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	COOSALUD	X	
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	COOSALUD	X	
11	BERNAL DULCELINA	28.098.728	NUEVA EPS	X	
12	BLANCO DE PINTO OLIVA	28.172.260	COOSALUD	X	
13	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	COOSALUD	X	
14	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	COOSALUD	X	
15	CASTAÑEDA RODRÍGUEZ MARIA REINA	37.941.121	NUEVA EPS	X	
16	CASTILLO SILVA DORA AMINTA	41.386.412	COOSALUD	X	
17	CASTRO FILOMENA	28.424.169	COOSALUD	X	
18	CASTRO RINCON RICARDO	2.1 04.100	COOSALUD	X	
19	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	NUEVA EPS	X	
20	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	NUEVA EPS	X	
21	CUBIDES DE LOPEZ ANA DELIA	28.280.029	COOSALUD	X	
22	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	COOSALUD	X	
23	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	COOSALUD	X	
24	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	NUEVA EPS	X	
25	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	COOSALUD	X	
26	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	NUEVA EPS	X	
27	JAIMES DE ARENAS HILDA	28.420.600	COOSALUD	X	
28	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	COOSALUD	X	
29	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	NUEVA EPS	X	
30	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	NUEVA EPS	X	
31	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	COOSALUD	X	
32	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	COOSALUD	X	
33	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	NUEVA EPS	X	
34	MELO RIAÑO JOSE MANUEL	2.175.430	COOSALUD	X	
35	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	NUEVA EPS	X	
36	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	NUEVA EPS	X	
37	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	COOSALUD	X	
38	ORTIZ RIVERA MARIA TRINIDAD	28.276.600	COOSALUD	X	
39	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	COOSALUD	X	
40	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	NUEVA EPS	X	
41	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	COOSALUD	X	
42	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	NUEVA EPS	X	
43	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	COOSALUD	X	
44	RIBERO GRACIELA	28.424.455	NUEVA EPS	X	
45	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	COOSALUD	X	
46	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	COOSALUD	X	
47	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	NUEVA EPS	X	
48	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	NUEVA EPS	X	
49	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	NUEVA EPS	X	
50	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	COOSALUD	X	
51	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	COOSALUD	X	
52	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	COOSALUD	X	
53	SANCHEZ DE OREJARENA LUZ MARINA	28.423.878	COOSALUD	X	
54	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	COOSALUD	X	
55	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	COOSALUD	X	
56	VALENCIA BUSTAMANTE RAFAEL ANTONIO	17.145.566	NUEVA EPS	X	
57	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	COOSALUD	X	
58	VERA CAMPOS ISLENA	37.940.514	COOSALUD	X	
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	NUEVA EPS	X	
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	NUEVA EPS	X	

5. Capacitación en actividades productivas de acuerdo con los talentos, gustos y preferencias de la población beneficiaria.

PROFESIONAL: ANA ELVIA NAVARRO
Tallerista
PERIODO: OCTUBRE 13- NOVIEMBRE 16 DE 2022.

INFORME SOBRE ACTIVIDADES PRODUCTIVAS

JUSTIFICACIÓN

La elaboración de objetos de forma manual mejora el físico de los mayores, así como la prevención o reducción de enfermedades como la artrosis, ya que son tareas que se realizan con las manos y mejoran los movimientos de las mismas, evitando que pierdan fuerza, elasticidad y movilidad.

OBJETIVOS GENERALES

Ayudar en muchos problemas físicos y mentales reducir el tres y aumentar el auto estima, su paciencia, su capacidad de concentración y de trabajo en equipo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Brindar variedad de actividades que les permite estar entretenidos todo el tiempo que permanecen en la fundación y logren desarrollar sus habilidades que se han perdido con el pasar de los años

Aportar grandes beneficios a los abuelitos ya que a esta edad se tiene mucho tiempo libre y lo ideal es crear actividades que generen bienestar.

ACTIVIDAD GENERAL DISFRACES PARA DESFILE DE HALLOWEEN

PASO 1. plegado de papel de revista para vestido de pliegues.

Ficha técnica:

- Revistas
- Tijeras
- Pegante
- Hilo
- Aguja

Se entregó material, se impartieron las instrucciones y seles brindo apoyo durante la actividad. El cariño y efusividad fue notorio en el grupo la participación fue máxima en el grupo. Una mañana relajada y feliz.

PASO 2. Elaboración de flecos en el papel periódico para el vestido de camuflaje.

Ficha técnica

- Papel periódico
- Tijeras

PASO 3. Elaboración de círculos para el vestido de aros

Ficha técnica

- Revistas
- Hilo
- Pegante

PASO 4. elaboración de cono en papel tipo oficina usado.

Ficha técnica

- Papel tipo oficina usado
- Pegamento

PASO 5. Elaboración de flores para el vestido primavera

Ficha técnica

- Papel tipo oficina usado
- Grafos
- Pegamentito tapas plásticas
- Tijeras
- En esta actividad se dividieron en grupos un grupo elaboro la flor, otro pego la tapa como centro de la flor y otros armaron la falda la blusa se elaboró con los conos.

PASO 6. recortado y pintado de cubetas de huevo para el vestido arcoíris

Ficha técnica:

- Cubetas de huevo
- Tijeras
- Vinilo
- Pinceles
- Pegamento

Durante el desarrollo de las diferentes actividades realizadas para la elaboración de los vestidos observamos que los adultos mayores que integran el grupo trabajaron con entusiasmo, alegría y cooperación. Cada uno aporto ideas y fueron escuchados con respeto por sus compañeros, la interacción entre ellos fue amena y constructiva.

ACTIVIDAD GENERAL ELABORACIÓN DE OBJETOS NAVIDEÑOS

Actividad 1. muñeco de nieve

PASO 1. preparación y corte de las figuras correspondientes al cuerpo, cabeza y sombrero

Ficha técnica

- Aros de hico por
- Tijeras
- Marcador

- Lima de cartón

Esta labor significo para ellos recordar su infancia y vivencias acontecidas en las navidades vividas compartieron anécdotas se sintieron felices muy cómodos.

PASÓ 2. corte de la tela y forrado del cuerpo y cabeza

Ficha técnica

- Tela
- Tijeras
- Hilo
- Aguja

Un acontecimiento muy importante de esta actividad fue el trabajo masculino y el reconocimiento de la labor de la mujer en los hogares. Dicen los caballeros: ellas han hecho e la transformación del pensamiento del hombre frente a las labores domésticas. Fue una jornada amena con mucho contenido formativo a nivel personal.

PASO 3. corte de a tela y forrado del gorro

Ficha técnica

- Tela
- Tijeras
- Hilo
- Agujas

Siendo este un motivo de reencuentro con sus propias vivencias trabajan con alegría es muy gratificante escuchar. "aunque se me dificulta lo logre" "es la expresión de muchos fui capaz" fueron unas de tantas exclamaciones que llenan de satisfacción nuestro trabajo

PASO 4. terminaciones del sombrero y elaboración del moño (corbata)

El deseo de ver sus trabajos terminados crea en ellos un interés por trabajar vencen dificultades, logran lo que para ellos ya no podían hacer.

Para todos los asistentes esta actividad les genera alegría entusiasmo, tienen su mente ocupada llena de expectativas frente a su obra.

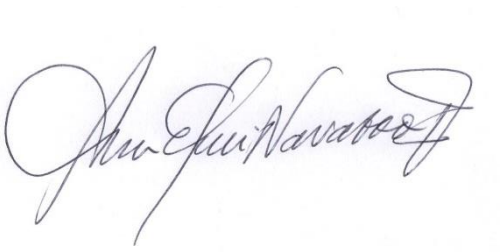
PASO 5. elaboración de la decoración del sombrero (noche buena)

La alegría que sienten se refleja en sus miradas que pareciera que están haciendo algo muy difícil.
Su satisfacción al lograrlo les llena la vida de felicidad.

Alegría, compartir, solidaridad, compañerismo exteriorización de emociones anécdotas risas canto fue lo vivido en este lazo de actividades en la fundación. Y quedan ansiosos por dar final al muñeco el cual estará terminado en el siguiente informe

CONCLUSIÓN

Se continúa con el proceso de la elaboración de la actividad observamos que se dio cumplimiento a los objetivos perseguidos con la misma.



_____

ANA ELVIA NAVARRO

Tallerista

CENTRO VIDA

FUNDACION SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

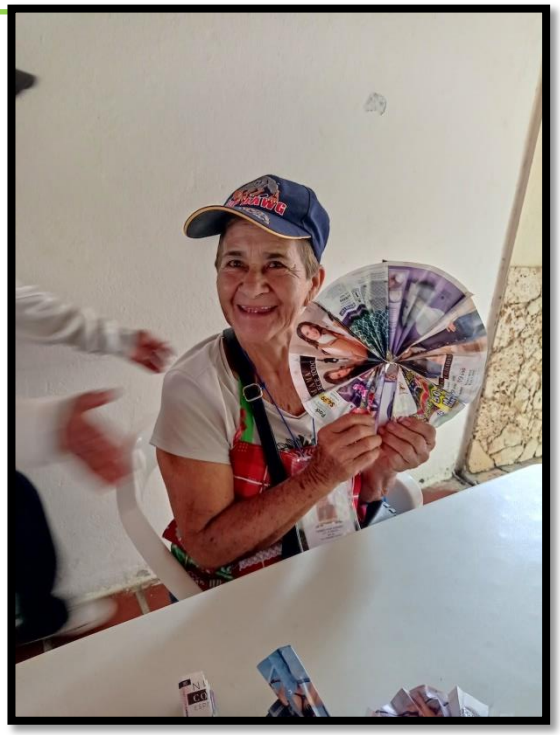
NIT. 900.687.336-2

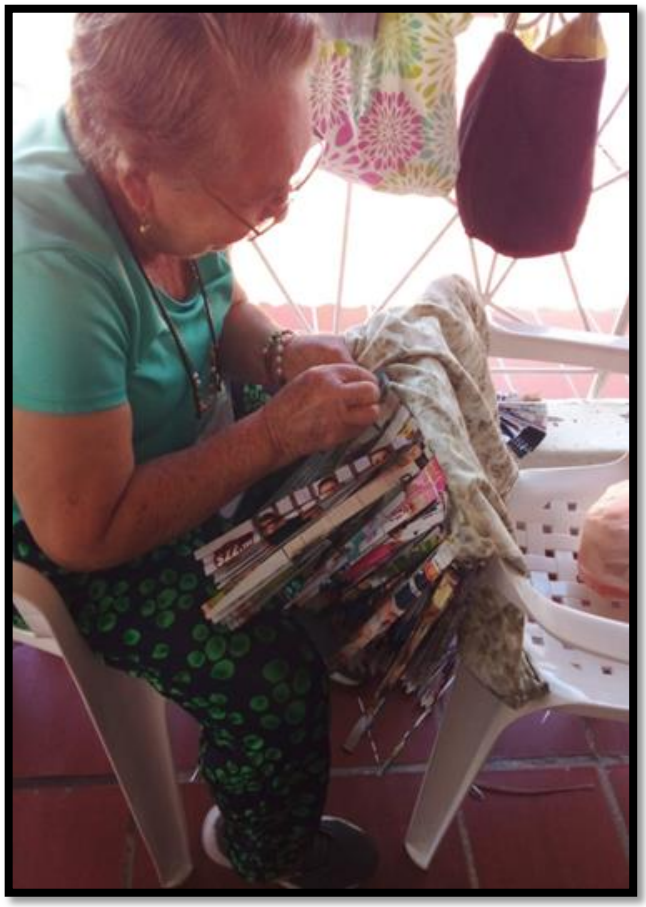
DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ELABORACION DE TRABAJOS MANUALES

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.










COMEDOR






















Stay strong







6. Deporte, cultura y recreación, suministrado por personas capacitadas

ÁREA: DANZA, CULTURA, DEPORTE Y RECREACIÓN
PROFESIONAL: JOSE NELSON DIAZ GARCIA
PERIODO: OCTUBRE 13- NOVIEMBRE 16 DE 2022.

INFORME DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS PARA LOS ADULTOS MAYORES DE LA FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

El envejecimiento es un proceso normal progresivo he irreversible dentro del ciclo de vida de todas las personas. “PORQUE LA VEJEZ ES EL PRESENTE DE UNOS Y EL FUTURO DE TODOS”

INTRODUCCIÓN

El proceso de atención a las personas de la tercera edad, permitirá estructurar un modelo de gestión fundamentado en los principios de la participación comunitaria y la auto-gestión de los grupos de adultos mayores vinculados a los programas recreativos, deportivos y culturales.

Se proponen espacios donde las personas mayores puedan disfrutar de una serie de actividades que les posibiliten el mantenimiento y mejoramiento de sus condiciones de vida. Potencializando sus condiciones físicas, emocionales y sociales.

OBJETIVO

- ✓ Aplicar un programa de actividades recreativas, que fortalezcan la capacidad del adulto mayor.
- ✓ Valorar el afecto de un programa de actividades recreativas en el mejoramiento de la autoestima.
- ✓ Compartir a través de la actividad fisco-deportiva el ámbito social.

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

PRIMERA SEMANA

- Calentamiento cefalocaudal
- Ejercicios generales de coordinación
- Dinámica “Tomo primero el objeto”
- Ejercicios generales de agilidad
- Ejercicios de respiración
- Dinámica “Teleférico”
- Ejercicios de extensión para manos, dedos y muñeca.
- Dinámica “golfito”
- Ejercicios generales con aros
- Ejercicios individuales por hemisferio
- Ejercicios contralaterales
- Dinámica Pin-pan-pun
- Dinámica “balón volador”
- Vuelta a la calma

SEGUNDA SEMANA

- Ejercicios de calentamiento y estiramiento de músculos.
- Calentamiento y estiramiento cefalocaudal
- Rutina de ejercicios involucrando todas las partes del cuerpo
- Circuito de ejercicios para estimulación corporal general.
- Ejercicio de respiración
- Rutina de ejercicios con bastón, aros, pesas. Bastón.
- Dinámica “Encestando balones con bastones móviles”
- Ejercicios generales con bastón en parejas.
- Campeonato de rana, parques, domino, mini tejo.
- Rutina de ejercicios de flexibilidad.
- Ejercicios de fortalecimiento muscular
- Dinámica “Enrollar y desenrollar peso”
- Vuelta a la calma

TERCERA SEMANA

- Ejercicios generales de calentamiento y estiramiento de músculos.
- Calentamiento y estiramiento cefalocaudal
- Rumba terapia
- Dinámica “recuerdos del ayer”
- Ejercicios generales de coordinación con desplazamiento.
- Dinámica “Aros locos”
- Rutina de ejercicios para extremidades superiores.
- Dinámica “puntos con aros en botellas”

- Rutina de ejercicios generales.
- Continuación del campeonato de rana, domino, parques y mini tejo.
- Ejercicios de fortalecimiento muscular.
- Dinámica “salto en cruz”
- Vuelta a la calma

CUARTA SEMANA

- Ejercicios de calentamiento y estiramiento de músculos.
- Calentamiento y estiramiento cefalocaudal
- Caminata desde la sede hasta el parque del Intra.
- Rutina de ejercicios con banda elástica
- Dinámica” torre más alta”
- Dinámica “Tormenta vs tempestad”
- Rutina de ejercicios de coordinación con balones.
- Dinámica “Pon las canicas en su lugar”
- Rutina de ejercicios generales con pelotas.
- Dinámica “equilibrio con bastón”
- Caminata ecológica
- Ejercicios de respiración al aire libre.
- Vuelta a la calma

CONCLUSIONES

“***LOS ADULTOS MAYORES DESEAN DESCANSAR, PERO A LA VEZ SENTIRCE UTILES, ACTIVOS Y BIEN CON LO QUE HACEN”.***

La aplicación de estas actividades físicas- recreativas, resultaron ser significativas para la población, mejorando su calidad de vida.



JOSE NELSON DIAZ GARCIA
Lic. Educación Física – Recreación y Deporte

CENTRO VIDA
FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

ACTIVIDAD FISICA

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBREE 16 DE 2022.

Socorro, 16 de noviembre de 2022.








EL ADULTO MAYOR
...ES SOCORRO










¡EL SOCORRO ES PRIMERO!
EL ADULTO MAYOR
...ES SOCORRO




EL ADULTO MAYOR
....ES SOCORRO



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: ENCUENTROS INTERGENERACIONALES

7. Encuentros intergeneracionales, en convenio con las instituciones educativas oficiales.

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

ENCUENTRO INTERGENERACIONAL- COLEGIO LICEO SANTA TERESITA

Los estudiantes del grado segundo A del colegio “LICEO SANTA TERESITA”, junto con su docente y coordinadora, asistieron a las instalaciones del CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA el día 18 de octubre de 2022, allí se llevó a cabo un encuentro muy agradable entre estas dos generaciones, se realizó un refrigerio compartir, juegos y dinámicas donde sobresalió la empatía y amor de los niños hacia los adultos mayores y viceversa. Es así como estas personas de la tercera edad disfrutaron este día tan especial junto a esas personitas a las que recibieron con mucho amor y alegría.









CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: FOTOGRAFÍAS DE TRABAJO ASOCIATIVO

8.”Promoción del trabajo asociativo de los adultos mayores, para la consecución de recursos cuando ello sea posible”.

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

ACTIVIDADES DE LABOROTERAPIA

Los adultos mayores de la Fundación Centro Vida Semillas de Fe y Esperanza ofrecen al público sus trabajos manuales elaborados creativamente y con mucho amor, es así como se sienten útiles y amados ante la sociedad y de esta manera obtener ingresos. En esta ocasión mostramos los trajes elaborados en material reciclable.



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: FOTOGRAFIAS REDES DE APOYO

9. “promoción de la constitución de redes para el apoyo permanente de los adultos mayores”.

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

RED DE APOYO CORPOSALUD- ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

Estudiantes de enfermería e instructora de la CORPORACION EDUCATIVA PARA EL TRABAJO Y EL DESARROLLO HUMANO EN SALUD (CORPOSALUD) , asisten a las instalaciones de la FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA, el día 19 de octubre de 2022, realizando una serie de actividades como charlas educativas, jornada de tensión arterial, dinámicas, juegos, pausas activas, entre otras actividades, allí se evidenció la alegría y motivación por parte de estas personas de la tercera edad sobre los temas y las actividades presentadas por este grupo de estudiantes, mostrando su vocación de servicio y empatía con el adulto mayor.







HOSPITAL REGIONAL MANUELA BELTRAN-ODONTOLOGIA

El Hospital Regional Manuela Beltrán realiza jornada de odontología a los usuarios de las EPS Coosalud y Nueva EPS, haciendo una especial invitación a los adultos mayores de la FUNDACION SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA, a la cual asisten con agrado y dentro de los horarios establecidos, siendo atendidos de una manera muy especial y atenta, mediante una limpieza y remoción de cálculo dental así como limpieza de prótesis dentales.







CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

USO DEL INTERNET

10. Uso del internet con el apoyo de los servicios que ofrece Compartel como organismo de la conectividad nacional

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

USO DEL INTERNET

Los adultos mayores de la Fundación Semillas de Fe y Esperanza recibieron capacitación a cerca del uso del internet el día 10 de noviembre de 2022, en la que se brindó enseñanza sobre las teclas y escritura de un texto en el programa “Microsoft Word” de tal manera los adultos mayores aprendieron la distribución de las teclas redactando un corto escrito.







CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO:

AUXILIO EXEQUIAL

11. Auxilio Exequial de un salario mínimo mensual vigente.

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

Avellaneda
Servicios Fúnebres

CERTIFICACIÓN

SERVICIOS FUNEBRES AVELLANEDA con Nit. No. 91.110.754-8 certifica que la **FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA** con Nit. No. 900.687.336-2, tiene vinculados 60 adultos mayores, en una póliza exequial y se encuentra vigente desde el 13 de SEPTIEMBRE al 19 de DICIEMBRE del 2022 en el municipio del Socorro.

Se expide la presente certificación a solicitud del interesado el 13 de septiembre del 2022

Cordialmente,

J Avellaneda

JULIO CESAR AVELLANEDA GUAITERO
Representante Legal

Carrera 14 No. 11-70
Tel. 7272328
Socorro - Santander

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: OTROS

PERIODO: OCTUBRE 13 DE 2022- NOVIEMBRE 16 DE 2022

Socorro, 16 de noviembre de 2022.

CELEBRACION FIESTA DE DISFRACES

EL día 28 de octubre de 2022, la Fundación Semillas de Fe y esperanza realiza la celebración del día del niño mediante una fiesta de disfraces a los adultos mayores inscritos, se llevó a cabo un desfile de disfraces, presentaciones de parte de los adultos mayores y rumbo terapia, de tal manera compartieron y pasaron momentos agradables junto a sus compañeros, mostrando felicidad en sus rostros.

Cabe resaltar que los trajes desfilados fueron elaborados por los adultos mayores enfocados en este día especial.





