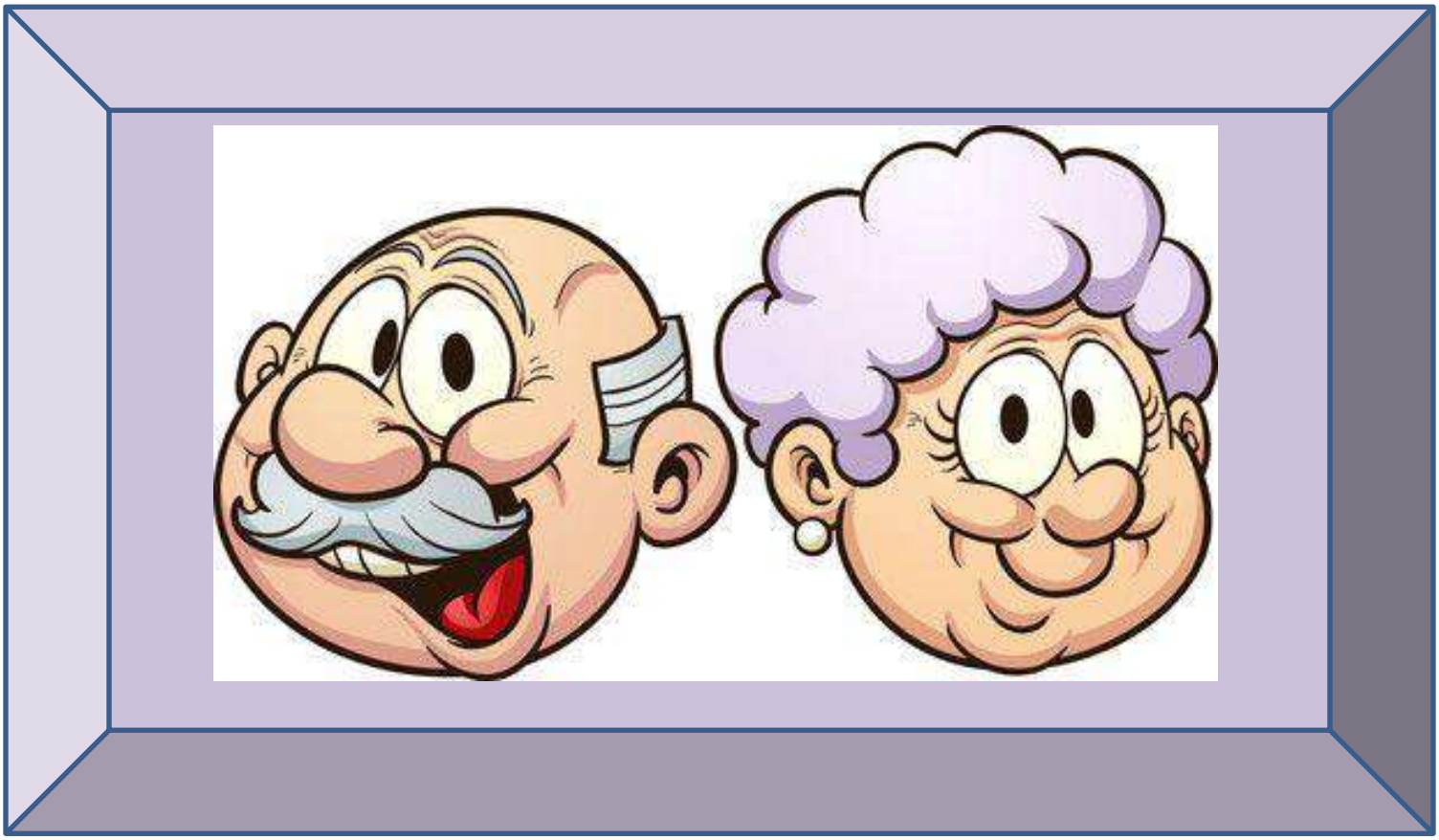
Los adultos mayores son un cúmulo de experiencia y sabiduría,

Cada cana es muestra de un gran recorrido por la vida



HOGAR SAN PEDRO CLAVER

NIT: 890.480.145-7

CARTAGENA-COLOMBIA

INFORME DE AVANCES DEL COMPONENTE RECREATIVO, FORMATIVO Y OTROS SERVICIOS PRESTADOS

PERIODO DEL 17 DE MARZO AL 16 DE ABRIL DEL 2023.

PRESENTADO A:

ALCALDÍA MAYOR DE CARTAGENA DE INDIAS

PRESENTADO POR:

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

1. INTRODUCCIÓN

En Colombia los adultos mayores representan un grupo etareo que va en aumento, hoy en día la sociedad se encuentra en un proceso de transición hacia el envejecimiento poblacional, lo que demanda la creación de políticas públicas de envejecimiento y vejez con enfoques diferenciales.

Hay que destacar que nuestros adultos mayores constituyen una pieza importante en la sociedad, son transmisores de sabiduría y experiencia y son reproductores de principios y valores para las generaciones futuras. En ellos se puede encontrar una mano amiga.

En la actualidad esta población se ha venido viendo afectada por los estereotipos creados en la sociedad, ya que manifiestan las familias que son personas dependientes, enfermas y frágiles y que demandan de un cuidado especial y permanente, motivo por el cual la mayoría de las veces prefieren recluirlos en un hogar geriátrico.

Teniendo en cuenta esta problemática social producto de los estereotipos, nace el Hogar San Pedro Claver como una propuesta que garantiza la protección integral de los adultos mayores que se encuentran desprotegidos familiar y socialmente.

Durante el periodo comprendido entre el 17 de marzo y el 16 abril de 2023 se desarrollan a cabalidad todas las actividades formativas y recreativas contempladas en el cronograma de actividades donde participaron 38 adultos mayores de manera proactiva. Los servicios integrales se brindaron a 38 adultos mayores en total.

1.1 OBJETIVOS

Garantizar una vida digna a los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de la prestación de servicios integrales de calidad; alimentación, formación, recreación y lúdica.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Fomentar una cultura de respeto y trato digno a los adultos mayores beneficiarios de Hogar San Pedro Claver.

- Ofrecer alimentación balanceada a los adultos mayores, que les permita gozar de buena salud y disposición para desarrollar las actividades físicas y cognitivas.

- Promover el envejecimiento activo, mediante la ejecución de actividades recreativas, que contribuyan al fortalecimiento de los músculos y articulaciones de los adultos mayores.

- Generar espacios de aprendizaje y desarrollo del pensamiento, a través de la alfabetización y educación informal.

- Abordar temas de salud mental, a través de talleres, conversatorios e intervenciones individuales y grupales.

1.2 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL 17 DE MARZO AL 16 DE ABRIL 2023

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TIPO DE ACTIVIDAD	FECHA
Elaboración de bisutería	Formativa	Del 17 al 22 de marzo
Elaboración de portarretratos	Formativa	23 y 24 de marzo
Manualidades con CD	Formativa	Del 27 al 29 de marzo
Elaboración de canasticas en foami	Formativa	30 y 31 de marzo
Realizo conejitos con toalla	Formativa	3 y 4 de abril
Dibujo el espacio de la naturaleza en el que sueño estar	Formativa	5 de abril
Saco el papelito y hago lo que me indique.	Recreativa	10 de abril
Celebración de cumpleaños del trimestre	Recreativa	11 de abril
Juegos de mesa	Recreativa	12 de abril
Jornada aeróbica	Recreativa	13 de abril
Inserto la ula ula	Recreativa	14 de abril
Rebote de papel higiénico	Recreativa	15 de abril

Actividades formativas



1.3 ELABORACIÓN DE BISUTERÍA

OBJETIVO:

Prevenir y reducir enfermedades como la artrosis en los adultos mayores del Hogar San Pedro Clave, mediante cursos de bisutería.

METODOLOGÍA:

Una vez reunidos los adultos mayores y ubicados en las diferentes mesas se procede a distribuir el material con el que elaboraran hermosas bisuterías. En cada mesa se colocan máximo 5 integrantes.

Inicialmente se pregunta a los presentes que bisutería quieren realizar (Pulseras, collares, tobilleras entre otros), dependiendo de la elección se sugiere el tipo de sarcillos que pueden utilizar, los tonos y tamaños. La creatividad la coloca cada beneficiario de acuerdo a su personalidad.

IMPORTANCIA:

- Aumenta la autoestima
- Previene la artrosis
- Favorece la creatividad
- Reduce el dolor articular

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE BISUTERIA

FECHA: Del 17 al 22 de marzo

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

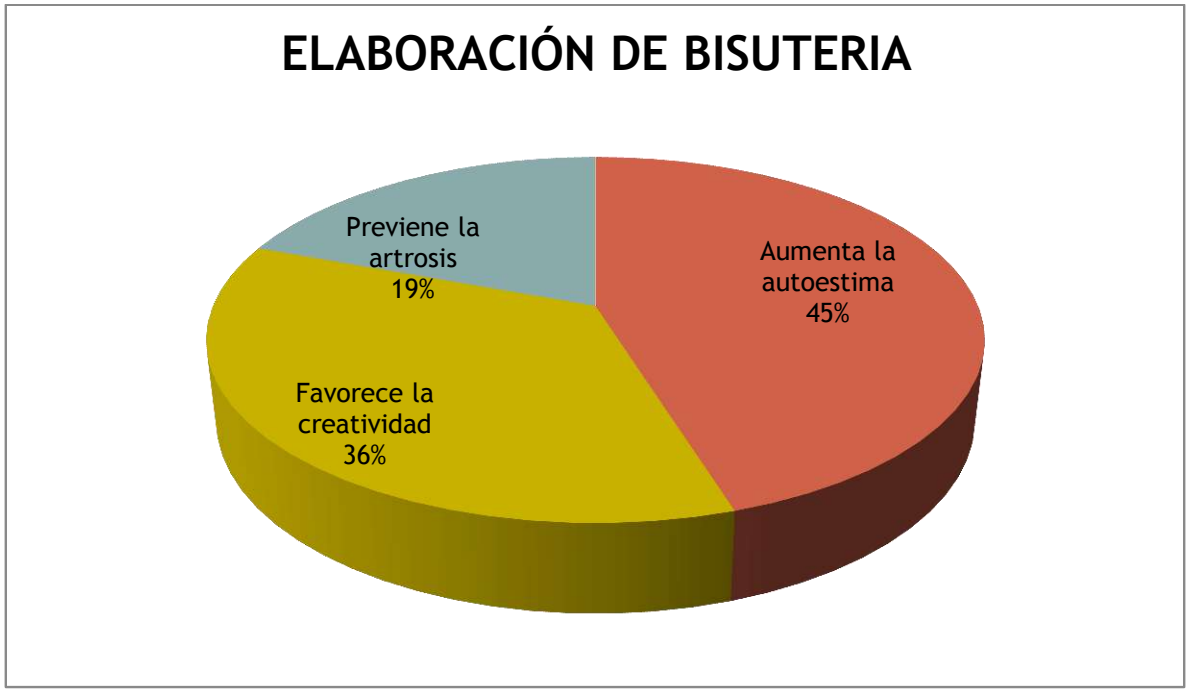
MATERIALES:

- Perlitas en murano
- Sarcillos blancos
- Sarcillos de cristal
- Sarcillos con figurita
- Hilo nailon elástico
- Tijeras

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

ELABORACIÓN DE BISUTERIA	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Aumenta la autoestima	14
Favorece la creatividad	11
Previene la artrosis	6



Análisis:

Con la elaboración de bisutería 45% de los adultos mayores aumentan la autoestima, en la medida que son capaces de realizarlas y se sienten satisfechos, 36% favorecen la creatividad al realizar pulseras, collares, aretes entre otras con combinaciones a la modernas y conjugación de colores y 19% previenen la artrosis, ya que es una actividad donde se movilizan todas las articulaciones.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE BISUTERIA





1.4 ELABORACIÓN DE PORTARRETRATOS

OBJETIVO:

Desarrollar destrezas manuales en los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, mediante la realización de manualidades.

METODOLOGIA:

Para la realización de los portarretratos lo primero que se hace es facilitar de manera impresa la imagen que los adultos mayores prefieran tener exhibida; puede ser la fotografía de ellos mismos, de algún santo de su devoción, de un animal o un personaje favorito.

Se explica a los adultos presentes que deben seguir las medidas indicadas y sacar los moldes e ir escuchando las instrucciones para armar el mismo, una vez finalicen este paso proceden a decorarlo a su gusto.

IMPORTANCIA:

- Creatividad
- Paciencia
- Motricidad fina
- Concentración
- Liberan energías negativas

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
ELABORACIÓN DE PORTARRETRATOS

FECHA: 23 y 24 de marzo

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

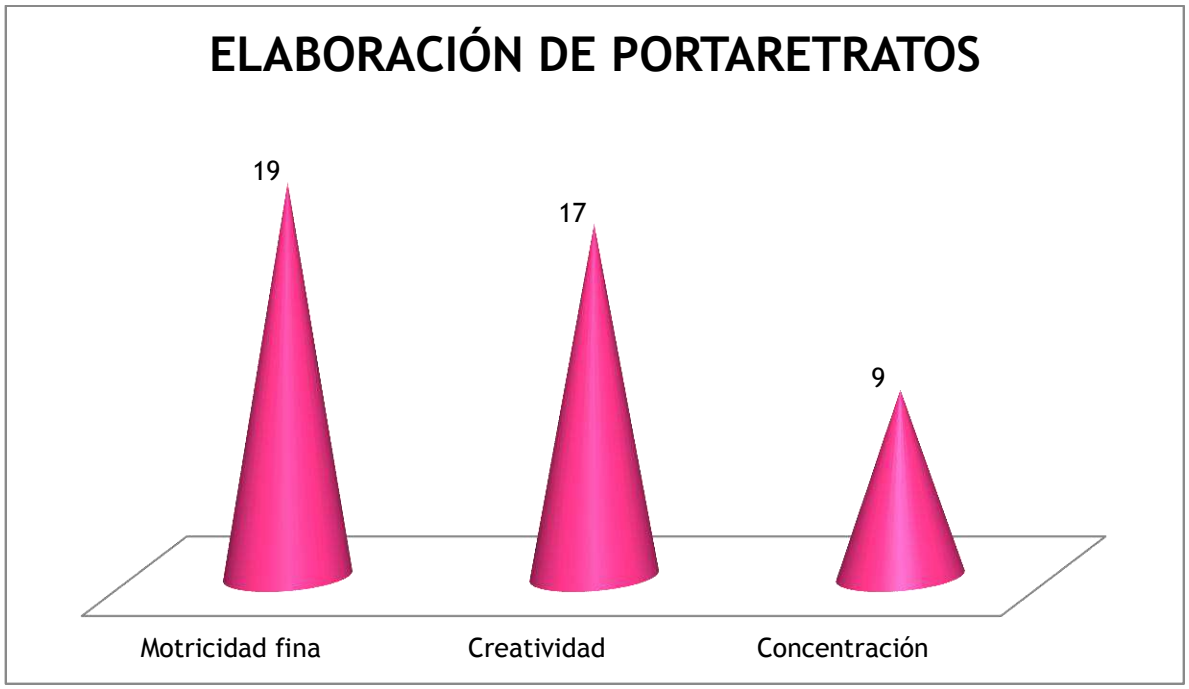
MATERIALES:

- Foami
- Tijeras
- Cartón
- Lápiz
- Reglas
- Impresora
- Papel de foto

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

ELABORACIÓN DE PORTARETRATOS	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Motricidad fina	19
Creatividad	17
Concentración	9



Análisis:

19 adultos mayores desarrollaron su motricidad fina, ya que coordinan los movimientos musculares en la parte de los dedos, 17 desarrollan la creatividad, pues decoran de la mejor manera posible y con inspiración cada uno de sus portarretratos y 9 se concentran.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE PORTARRETRATOS





1.5 MANUALIDADES CON CD

OBJETIVO:

Fortalecer las habilidades motoras y procesos mentales, mediante la elaboración de manualidades con CD, entre los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver.

METODOLOGÍA:

Se sacan diferentes imágenes en cartón paja, la idea es que los adultos mayores puedan darle un acabado a cada una de estas en alto relieve. Una vez realizado este paso proceden a cortar los CD en pedacitos de diferentes tamaños.

La idea principal de la actividad es que rellenen la imagen con los trocitos de CD de tal manera que quede totalmente cubierta, colocan está del lado metálico para que quede luminosa.

IMPORTANCIA:

- Buena distribución en los espacios
- Capacidad visual
- Fortalece procesos cognitivos
- Contribuye a disminuir el sedentarismo
- Mejora la autoestima

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

MANUALIDADES CON CD

FECHA: Del 27 al 29 de marzo

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

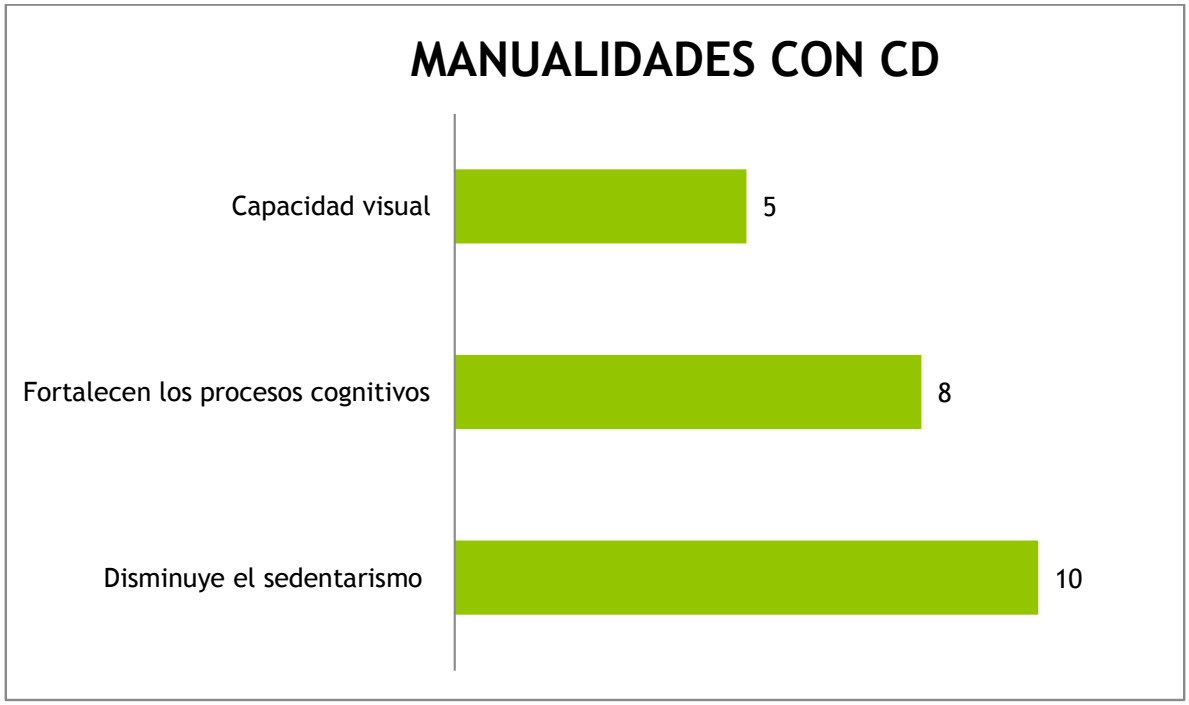
MATERIALES:

- Cartón paja laminas
- CD
- Tijeras
- Moldes impresos
- Siliconas liquidas en tarros

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

MANUALIDADES CON CD	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Disminuye el sedentarismo	10
Fortalecen los procesos cognitivos	8
Capacidad visual	5



Análisis:

Con la realización de las manualidades con CD 10 adultos mayores disminuyen el sedentarismo, pues se involucran proactivamente en la elaboración de la misma, 8 fortalecen los procesos cognitivos y 5 mejoran la capacidad visual.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

MANUALIDADES CON CD





1.6 ELABORACIÓN DE CANASTICAS EN FOAMI

OBJETIVO:

Crear espacios donde los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver puedan explorar todas sus habilidades y destrezas manuales.

METODOLOGÍA:

En esta actividad se elaboran unas hermosas canasticas, las cuales serán de gran utilidad para que los adultos mayores coloquen algunas cositas como hilos, agujas entre otras.

Para realizarlas se entrega en cada mesa dos moldes, para que los presentes los saquen en el Foami y luego vallan recortando y armándola. En las puntas de cada pétalo colocan silicona para pegarlos e ir dándole forma a la canastica, la cual debe ir quedando con la figura de flor.

Finalmente se procede a decorarla utilizando diferentes materiales como: cinta de tela decorativa, botones, mostacillas entre otros. Los adultos mayores decoraran de acuerdo a sus gustos y preferencias.

IMPORTANCIA:

- Estimula la creatividad
- Mejora la movilidad en las manos
- Fortalecen los lazos de amistad

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE CANASTICAS EN FOAMI

FECHA: 30 y 31 de marzo

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

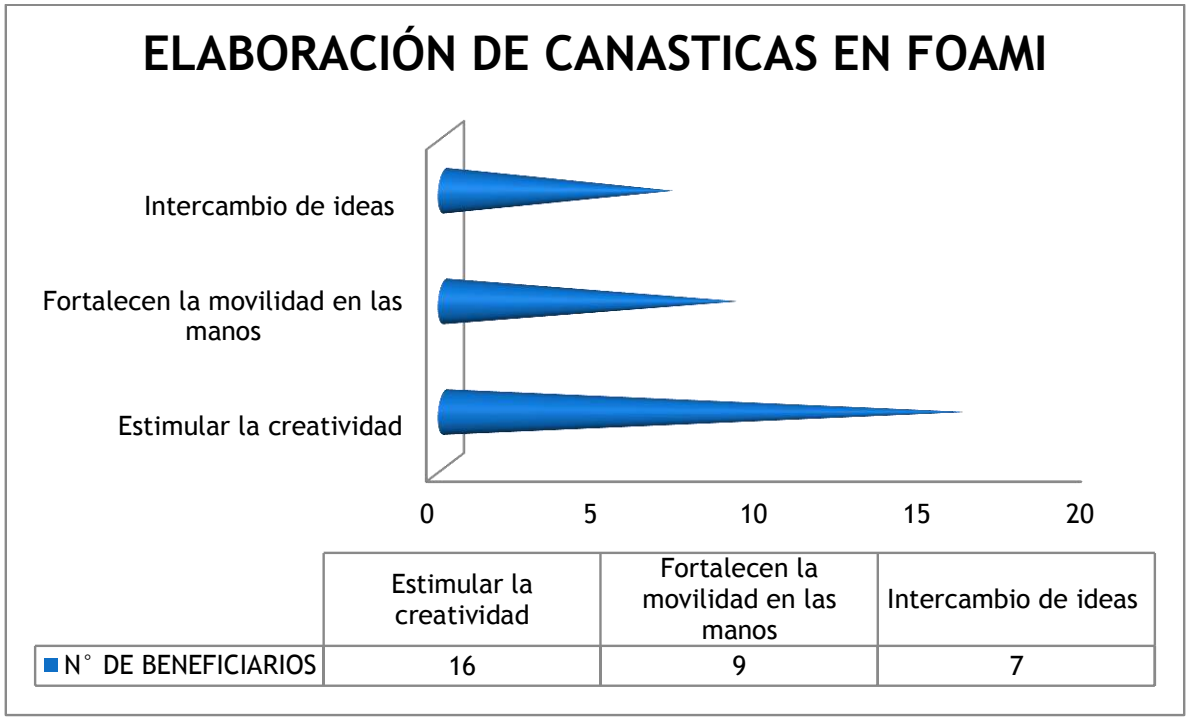
MATERIALES:

- Foami
- Tijeras
- Silicona
- Estiques
- Cinta de tela decorativa
- Botones

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

ELABORACIÓN DE CANASTICAS EN FOAMI	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Estimular la creatividad	16
Fortalecen la movilidad en las manos	9
Intercambio de ideas	7



Análisis:

La elaboración de canasticas en foami es una manualidad que gusto mucho a los adultos mayores, ya que les es útil para guardar cosas de sus pertenencias como agujas, hilos, botones entre otras. Durante su realización 16 participantes estimulan la creatividad, pues las decoran muy hermosas, 9 fortalecen la movilidad en las manos, ya que esta es una actividad donde utilizan tijeras y reglas para hacer los trazos y 7 intercambian ideas sobre cómo pueden hacerla.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE CANASTICAS EN FOAMI





1.7 REALIZO PERRITOS EN TOALLAS

OBJETIVO:

Trabajar en el refuerzo de la autoestima de los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, mediante el desarrollo de actividades manuales.

METODOLOGÍA:

Inicialmente de entregan las toallas a cada uno de los adultos mayores que están participando de la actividad. Se les indica que el primer paso es sacar un cuadro con las medidas de 24 X 24, una vez lo tengan se procede a enrollarlo de un solo lado ejerciendo presión.

Luego se dobla la toalla uniendo ambas puntas, se sujeta con cauchos elástico formando el cuerpo del perrito y con otro caucho se sujeta y se forma la cabeza, dejando libres las orejas y tratándole de hacer un doblez en las puntas.

Finalmente se pegan los ojitos, la boca y se decora a la manera de cada uno.

IMPORTANCIA:

- Proporciona coherencia al diseñar
- Motiva hacer las actividades de mejor manera
- Mejora los procesos cognitivos

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
REALIZO PERRITOS CON TOALLAS

FECHA: 3 y 4 de abril
HORA: De 9:35 a 11:00am
LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

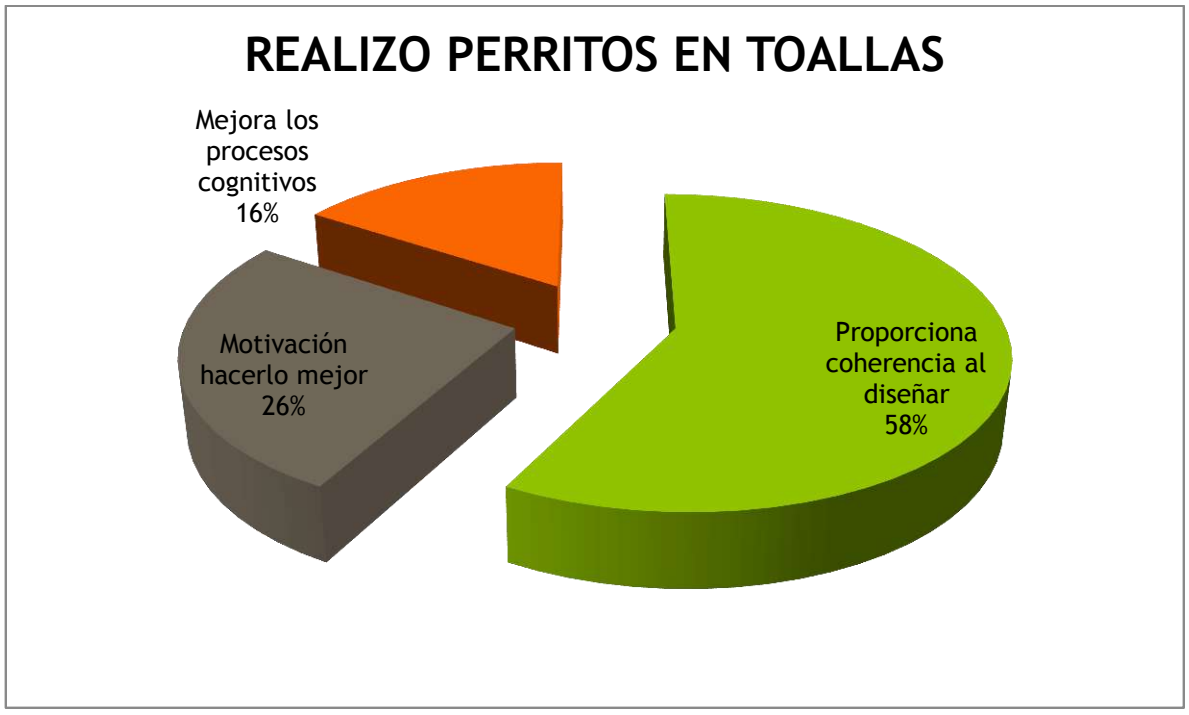
MATERIALES:

- Toallas
- Cauchos elásticos
- Ojitos móviles
- Foami rojo para la boquita del conejo

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

REALIZO PERRITOS EN TOALLAS	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Proporciona coherencia al diseñar	11
Motivación hacerlo mejor	5
Mejora los procesos cognitivos	3



Análisis:

Se observó durante la actividad que el 58% de los adultos mayores fueron coherentes al realizar su perrito, colocándoles sus ojitos, boquita y demás en los lugares adecuados, 26% se motivaron al realizarlo y 16% mejoraron los procesos cognitivos.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

REALIZO PERRITOS CON TOALLAS





1.8 DIBUJO EL ESPACIO DE LA NATURALEZA EN EL QUE SUEÑO ESTAR

OBJETIVO:

Transportar la imaginación a espacios que generen sensación de bienestar y confort en los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver.

METODOLOGÍA:

Se entregan hojas de block y lápices a cada uno de los participantes, se explica que es una actividad de meditación, reflexión y relajación. Para llevar a cabo el desarrollo de la misma se coloca música instrumental con sonidos de la naturaleza.

El objetivo de la actividad es que los adultos mayores ilustren mediante un dibujo el lugar de la naturaleza donde quisieran estar, luego deben socializar las sensaciones y emociones que sintieron y como vivieron ese momento.

IMPORTANCIA:

- Evocar a los recuerdos positivos
- Meditación
- Permite relajarse
- Jugar con la imaginación
- Valorar la naturaleza

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

DIBUJO EL ESPACIO DE LA NATURALEZ EN EL QUE SUEÑO ESTAR

FECHA: 5 de abril

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

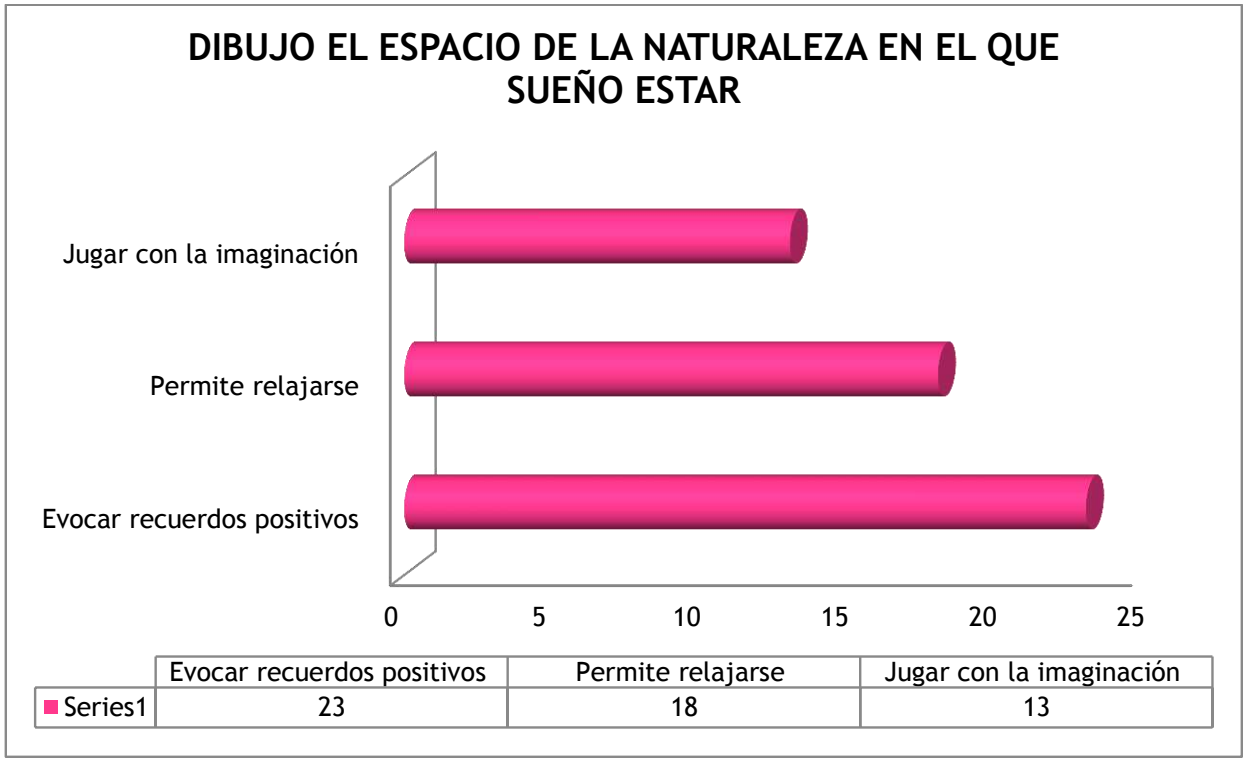
MATERIALES:

- Hojas de block
- Lápices
- Cajas colores
- Sacapuntas
- Parlante activo

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

DIBUJO EL ESPACIO DE LA NATURALEZA EN EL QUE SUEÑO ESTAR	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Evocar recuerdos positivos	23
Permite relajarse	18
Jugar con la imaginación	13



Análisis:

Se observa que 23 adultos mayores evocan recuerdos positivos al realizar los dibujos del espacio de la naturaleza donde quisieran estar incluyendo personas que les gustaría que estén a su lado es ese contexto, 18 adultos mayores manifiestan que se relajaron en esta actividad y 13 juegan con la imaginación.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

DIBUJO EL ESPACIO DE LA NATURALEZ EN EL QUE SUEÑO ESTAR





ACTIVIDADES RECREATIVAS



1.9 SACO EL PAPELITO Y HAGO LO QUE ME INDIQUE

OBJETIVO:

Rescatar juegos que se suelen hacer durante la infancia y la adolescencia, entre el grupo de adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, contribuyendo a mejorar las relaciones entre ellos.

METODOLOGÍA:

En cada papelito se coloca una acción puede ser de imitar el sonido de un animal, un personaje de la televisión, cantantes u otros. Los papelitos estarán metidos en una bolsa y los presentes pasaran al frente y escogerán uno.

Los adultos mayores contaran con cinco minutos para preparar lo que van hacer, donde pueden emplear la creatividad utilizando vestuarios e implementos que encuentren en el entorno donde se desarrolla la actividad.

IMPORTANCIA:

- Creatividad
- Confianza en sí mismos
- Autonomía
- Recreación
- Fortalecen la memoria

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

SACO EL PAPELITO Y HAGO LO QUE ME INDIQUE

FECHA: 10 de abril

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

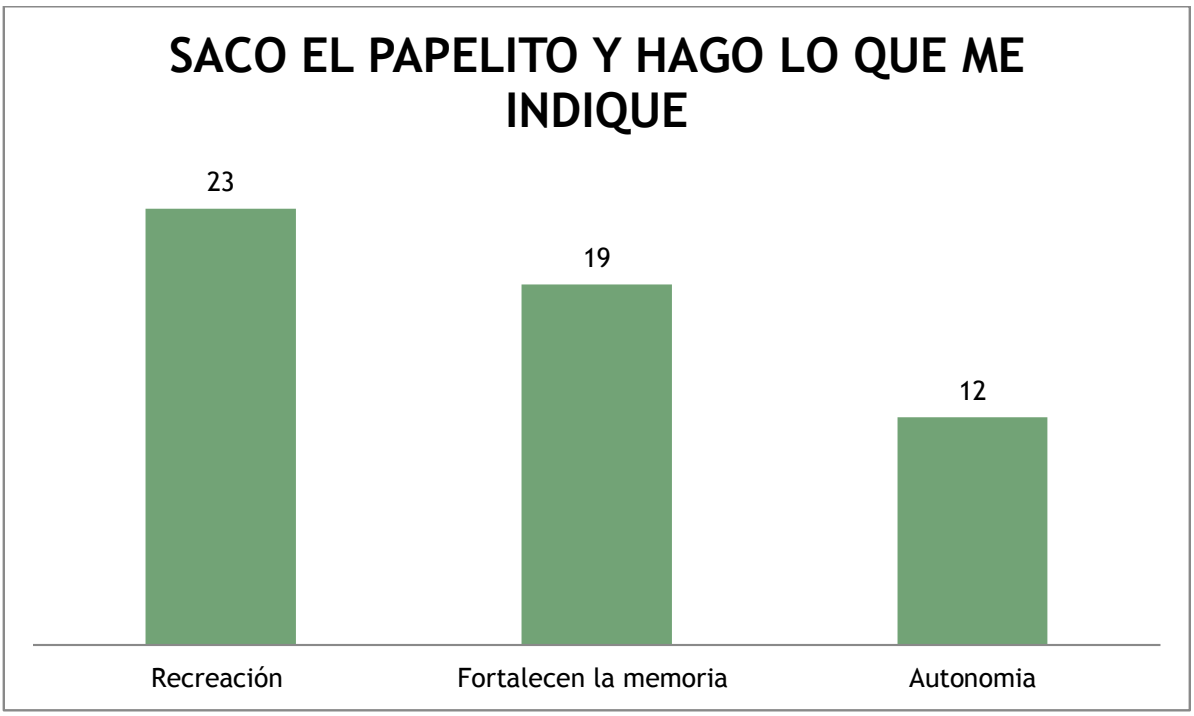
MATERIALES:

- Hojas de colores
- Marcadores
- Bolsa de color oscuro
- Atuendos

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

SACO EL PAPELITO Y HAGO LO QUE ME INDIQUE	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Recreación	23
Fortalecen la memoria	19
Autonomía	12



Análisis:

Este juego divertido permitió a 23 adultos mayores recrearse en la medida que cuando veían que les tocaba hacer sonreían a carcajadas, 19 fortalecen la memoria, pues recuerdan las indicaciones y 12 son autónomos en la ejecución de esta actividad.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

SACO EL PAPELITO Y HAGO LO QUE ME INDIQUE





1.10 CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS

OBJETIVO:

Celebrar los cumpleaños a los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver que hayan cumplido durante el primer trimestre del año 2023.

METODOLOGÍA:

Lo primero que se hizo fue extender la invitación a todos los adultos mayores del hogar, una vez informados se procedió con la decoración del salón de actividades y la colocación en la mesa del compartir a ofrecerles.

Al iniciar la actividad se hace una oración como un acto de agradecimiento por los años que Dios les permite cumplir

Durante el desarrollo de la actividad los adultos mayores bailan, se cuentan algunas historias, comparten y se recrean.

IMPORTANCIA:

- Agradecer por la vida
- Compartir
- Recrear la mente
- Liberar sentimientos negativos
- Fortalecen la autoestima

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
CELEBRACION DE CUMPLEAÑOS

FECHA: 11 de abril
HORA: De 9:35 a 11:00am
LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Torta
- Gaseosas
- Mecatos
- Dulces
- Vasos desechables
- Servilletas
- Galleticas
- Mantel plástico
- Globos

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Agradecer por la vida	34
Compartir	34
Liberan pensamientos negativos	27



Análisis:

Se observa durante la celebración de cumpleaños que el 36% de los adultos mayores agradecen por la vida mediante una hermosa oración, 36% disfrutan del compartir que se les ofrece y 28% liberan los pensamientos negativos.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

CELEBRACION DE CUMPLEAÑOS





1.11) JUEGO DE MESA

OBJETIVO:

Favorecer la memoria a mediano y largo plazo de los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, mediante la programación de jornadas de juego de mesa.

METODOLOGÍA:

El desarrollo de la actividad de juegos de mesa se lleva a cabo en forma de un torneo, donde en las diferentes mesas se colocan los domino es, juegos de carta, ludos, lotería, ajedrez entre otros.

Los adultos mayores tienen la plena autonomía de elegir la mesa en la que quieran estar y el juego de su preferencia.

Se jugaran tres rondas en donde se miran los puntos acumulados de cada participante, los jugadores que más partidos hallan ganado obtendrán un premio al finalizar el torneo y se llamaran el rey o la Reyna del domino es, ajedrez, ludo o cualquier otro.

IMPORTANCIA:

- Fortalece la memoria
- Permite interactuar
- Disminuye el espacio de ocio y tiempo libre
- Estrategias de pensamiento lógico
- Pensar antes de actuar

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

JUEGOS DE MESA

FECHA: 12 de abril

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

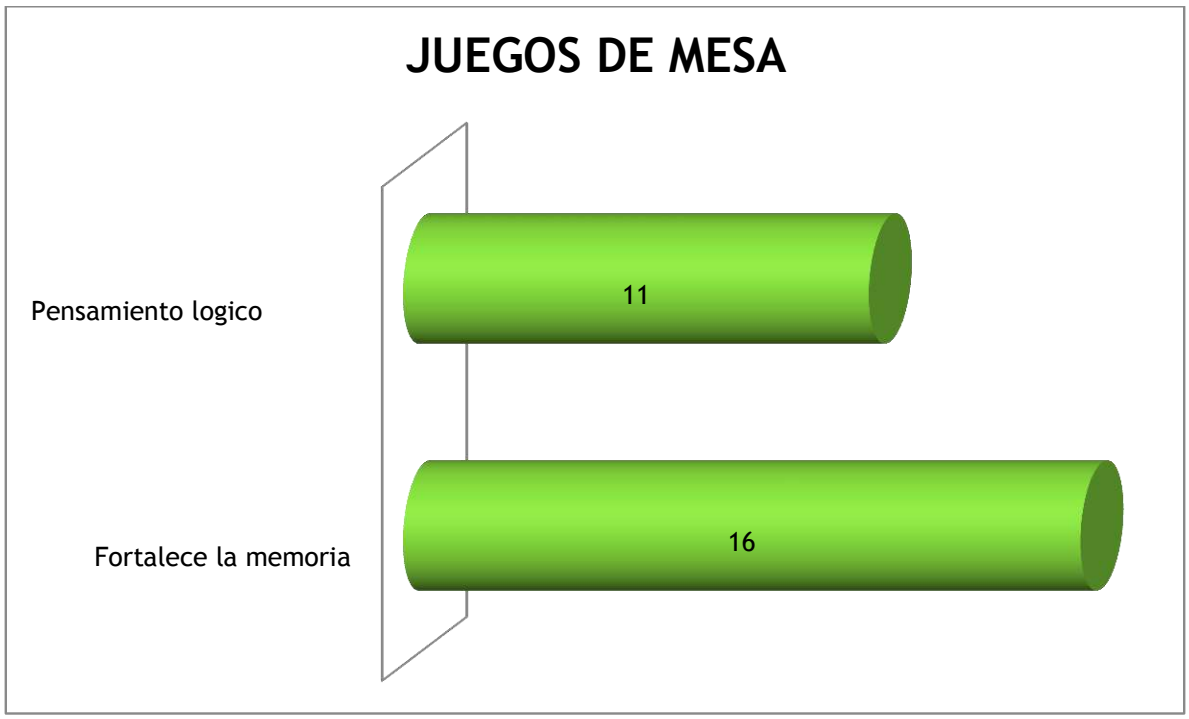
MATERIALES:

- Domino es
- Ludos
- Ajedrez
- Lotería
- Mesas
- Sillas
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

JUEGOS DE MESA	
Resultados de la actividad	N° de beneficiarios
Fortalece la memoria	16
Pensamiento lógico	11



Análisis:

Se observa en la realización de los juegos de mesa que 16 adultos mayores fortalecen la memoria y 11 emplean el pensamiento lógico utilizando estrategias que les permita ganar la partida.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

JUEGOS DE MESA





1.12 JORNADA AEROBICA

OBJETIVO:

Realizar jornadas aeróbicas con los Adultos Mayores del Hogar San Pedro Claver, en aras de mantener los músculos fuertes, favoreciendo con ello la movilidad a medida que se va prolongando la edad.

METODOLOGÍA:

Para esta jornada se debe garantizar que los adultos mayores tengan los signos vitales en niveles normales aquí las auxiliares de enfermería juegan un rol importante en este proceso de verificación.

Reunidos todos en un mismo lugar se procede hacer ejercicios de calentamiento, donde se trabaja la parte respiratoria, se hacen estiramientos de las extremidades inferiores y superiores, se relajan los músculos y prepara el cuerpo para ejecutar las otras actividades.

Dentro de las actividades que se desarrollan se encuentran las lúdicas con ula ula, pelotas plásticas pequeñas, balones grandes.

IMPORTANCIA:

- Mejora el equilibrio
- Disminuye el riego de caídas
- Controla y previene la artritis
- Minimiza los problemas cardiacos
- Mejora la calidad de vida

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

JORNADA AERÓBICA

FECHA: 13 de abril

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

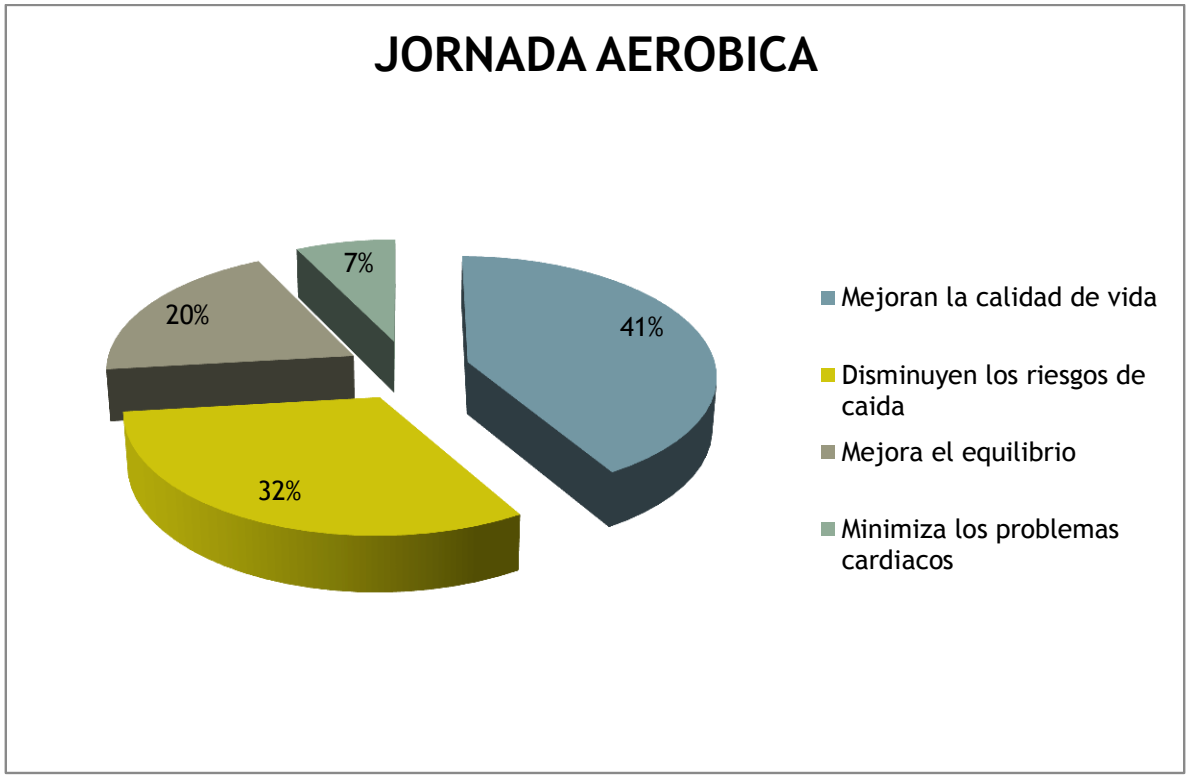
MATERIALES:

- Ula ulas
- Balones plásticos pequeños
- Balones plásticos grandes
- Arcos para insertar

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

JORNADA AEROBICA	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Mejoran la calidad de vida	17
Disminuyen los riesgos de caída	13
Mejora el equilibrio	8
Minimiza los problemas cardiacos	3



Análisis:

41% de los adultos mayores mejoran la calidad con la realización de ejercicios físicos y de respiración, 32% disminuyen los riesgos de caída al fortalecer los músculos, 20% mejoran el equilibrio y 7% minimizan los problemas cordiacos.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

JORNADA AERÓBICA





1.13 INSERTO LA ULA ULA

OBJETIVO:

Apoyar el mantenimiento de un funcionamiento psicomotriz adecuado de los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, mediante actividades lúdicas y recreativas que estimulen los músculos corporales.

METODOLOGÍA:

En un lugar del salón de actividades se colocan unos barrotes que contienen una base en madera a una distancia promedio se delimita la zona demarcada con una cinta de colores, explicando a los beneficiarios que desde allí deben hacer el lanzamiento.

Como hay dos barrotes al frente salen dos participantes, se les entrega un número igual de ula ula y deben lanzarlas hasta lograr insertarlas todas, quien más puntos acumule será el ganador y/o ganadora.

IMPORTANCIA:

- Mantienen la parte Psicomotora
- Mejora la coordinación
- Proporciona seguridad
- Relaja las extremidades
- Favorece las relaciones sociales

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

INSERTO LA ULA ULA

FECHA: 14 de abril

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

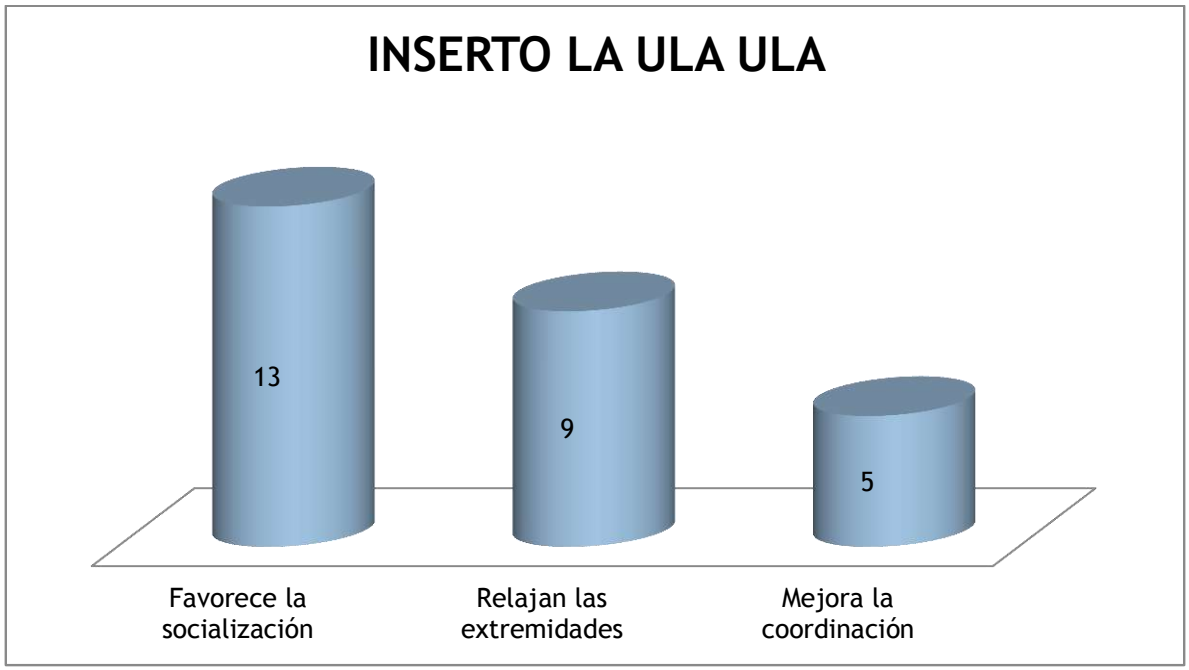
MATERIALES:

- Ula ulas
- Barrotes en madera largo
- Base cuadriculadas en madera
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

INSERTO LA ULA ULA	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Favorece la socialización	13
Relajan las extremidades	9
Mejora la coordinación	5



Análisis:

Se observa que 13 adultos mayores favorecen la socialización con la realización de esta actividad, 9 relajan las extremidades al lanzar las ula ulas y 5 mejoran la coordinación.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

INSERTO LA ULA ULA





1.14 REBOTE DE PAPEL HIGIÉNICO

OBJETIVO:

Favorecer la visión espacial en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de juegos y dinámicas donde se utilice este órgano de los sentidos.

METODOLOGÍA:

En una mesa se colocan varios rollos de papel higiénico conformando un triángulo de tal manera que todos queden junticos. A los adultos mayores que van a participar se le entregan unas bolitas de cauchos que hacen rebote.

Los participantes lanzan la pelotica hacia la mesa haciendo que rebote a los rollos de papel y se inserte en los orificios del rollo.

Se anotara el número de inserciones que haga cada adulto mayor al final el que más puntos acumule se le dará un premio.

IMPORTANCIA:

- Concentración
- Mejora las dolencias
- Proporciona felicidad
- Favorece la socialización
- Ayuda la autoestima

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
REBOTE DE PAPEL HIGIENICO

FECHA: 15 de abril
HORA: De 9:35 a 11:00am
LUGAR: Área común de mujeres

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

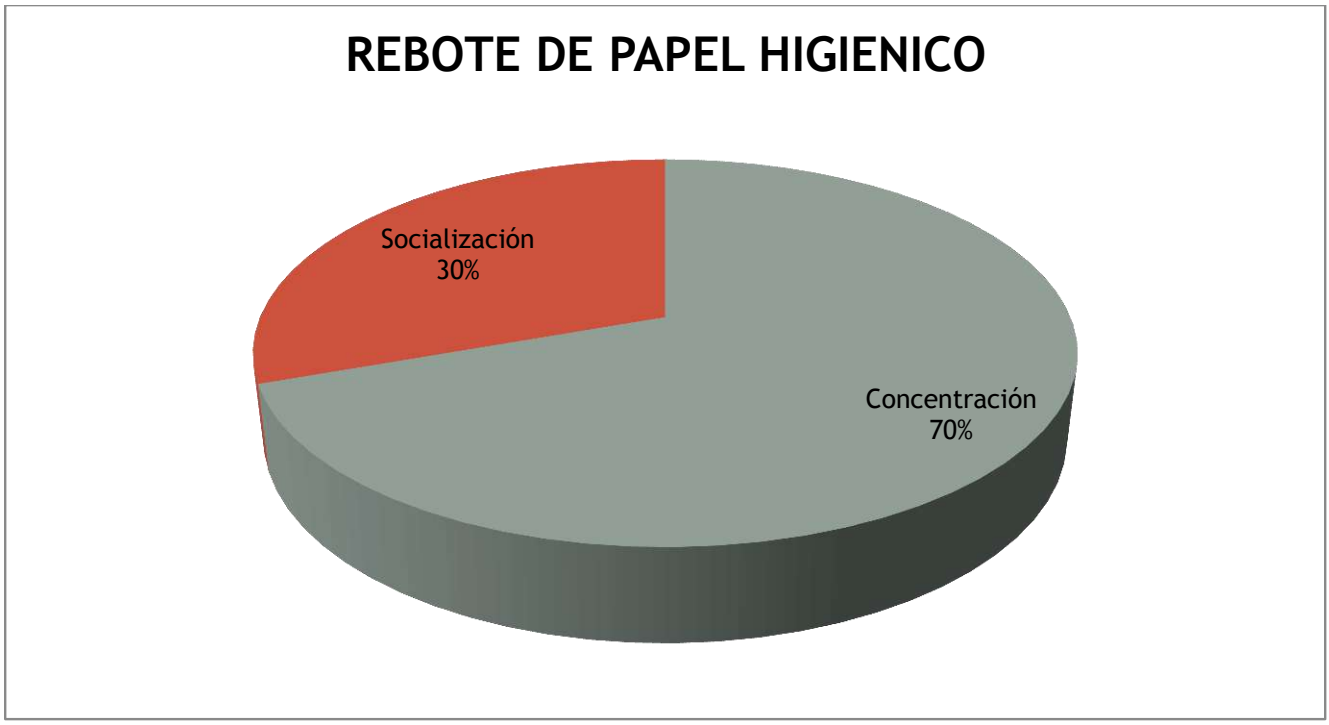
MATERIALES:

- Papeles higiénicos
- Mesa grande
- Bolitas de caucho rebotables
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

RESULTADOS CUANTITATIVOS

REBOTE DE PAPEL HIGIENICO	
RESULTADOS DE LA ENTREGA	N° DE BENEFICIARIOS
Concentración	16
Socialización	7



Análisis:

Se observa que el 70% de los adultos mayores se concentran al lanzar las peloticas en los papeles higiénicos y el 30% socializan con sus compañeros al dar ideas para que logren el objetivo.

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

REBOTE DE PAPEL HIGIENICO






Otros
Servicios

1.15 ALOJAMIENTO

Infraestructura Física

Hogar san pedro Claver cuenta con habitaciones colectivas con capacidad para 10 personas con un área total de 71 m^2 distribuidas en 12 m de largo por 5.9 m de ancho, con ventanas amplias traslucidas y de apertura las cuales permiten una ventilación óptima para la comodidad de los residentes, dotadas de closets para el alojamiento de sus pertenencias de manera segura, cuenta con intercomunicador capaz de comunicar con todas las áreas de la institución. Camas individuales dotadas de colchones anti-fluidos anti-escaras con dimensiones de 1.90 m x 0.9 m para dar espacios entre camas de 1.25 m, también se cuenta para pacientes en condición de discapacidad, con camas hospitalarias.

Las habitaciones cuentan con un baño compartido en un área de 40 m^2 dotado de 4 retretes, 4 duchas y 4 lavamanos dotados de los accesorios necesarios para el uso del adulto mayor como soporte pasamanos y sillón de ruedas para retrete. El espacio del baño cuenta con ventanas de fácil apertura para una buena iluminación y ventilación.

Contamos con habitaciones individuales para la atención de casos específicos como aislamientos preventivos por control de enfermedades infectocontagiosas, las cuales disponen de un espacio de 20m^2 la cual cuenta con baño interno con el espacio suficiente para el movimiento del adulto mayor y un asistente en caso de requerirlo. La habitación igualmente cuenta con ventanas de fácil apertura para una correcta ventilación e iluminación, e igualmente cuenta con intercomunicador.

Contamos también con un consultorio médico dotado con camilla, sillas, escritorio, linterna de mano, martillo de reflejos, equipo para oxigenoterapia, bascula, tensiómetro, fonendoscopio, termómetro, pulsioxímetro y equipo de signos vitales.

Contamos con un área de cuidados paliativos donde se prestan los servicios de enfermería y cuidados más personalizados para los adultos mayores que más lo requieran, también tenemos un salón de Fisioterapia en el cual tenemos equipos como, camillas, equipo de ultrasonido, caminadores, calentador de toallas, bandas, ligas, pesas, balones terapéuticos sillas para masajes entre otros, que en conjunto con el salón Social son utilizados para fortalecer las capacidades psicomotrices del adulto mayor.

Las instalaciones de Hogar San Pedro Claver cuentan con un amplio comedor en una extensión de 324 m2 que cuenta con 20 mesas redondas de 1.5 m de diámetro con capacidad para 5 personas. Espacio abierto de gran ventilación e iluminación. Cuenta con televisores y ventiladores.

Cercano al comedor se encuentra nuestras cocina industrial que cuenta con una estufa de 6 fogones y 2 estufas de un fogón, mesones, repisas y pocetas en acero inoxidable para fácil saneamiento, áreas de lavado de platos, zona de procesamiento de verduras, procesamiento de frutas y procesamiento de carnes. Una bodega de hortalizas y tubérculos, una bodega de congelados y refrigerados que cuenta con 1 refrigerador para verduras y 3 congeladores para carnes, 1 despensa de alimentos no perecederos dotada de repisas y estibas plásticas para el almacenamiento de los alimentos. En todos los anteriores se aplican procesos de saneamiento básico y las BPM para la correcta manipulación de alimentos.

Contamos con lavandería la cual cuenta con equipos industriales de lavandería como son 2 lavadoras y una secadora, lo que garantiza el continuo funcionamiento del área aun en días lluviosos. Dispone de un espacio con estantería habilitado para el almacenamiento de la ropa de los adultos mayores debidamente rotulado.

En todo el espacio útil del centro se cuenta con puntos ecológicos para la recolección de residuos y canecas de residuos peligrosos en las áreas que así lo requieran como cuartos, baños, enfermería y consultorio médico.

Hogar San Pedro Claver cuenta con un espacio de oficinas donde se llevan a cabo todas las labores administrativas y de operación de la institución, capilla para celebraciones católicas y parqueadero para el acceso de visitantes.

Contamos con abastecimiento de agua potable y además con tanques de almacenamiento y bombas de agua que garantizan el suministro constante para el funcionamiento a los cuales se les realiza limpieza y mantenimientos periódicos.

EVIDENCIA DE ALOJAMIENTO





1.16 SUMINISTRO DE VESTUARIO

OBJETIVO:

Proteger y mantener la dignidad de los Adultos Mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de los buenos hábitos de vestir y calzar, aumentando el nivel de autoestima con la mejora de su aspecto físico.

METODOLOGÍA:

Para hacer la entrega de vestuario se evalúan las necesidades de los beneficiarios, una vez se recopila la información, se procede hacer la compra de los mismos para su posterior distribución.

Para la entrega de estos insumos se coloca la ropa exhibida en una mesa. Los adultos mayores van pasando por género y seleccionando las prendas según sus gustos y preferencias, luego la persona encargada anota en un formato el nombre del beneficiario y las prendas entregadas.

Otra forma de suministrar vestuario, es a través del personal de ropería, quien debe garantizar que los adultos mayores estén limpios día a día.

Elementos que se entregan:

- Gorras
- Pantalonetas
- Suéteres

IMPORTANCIA:

- Motivación por mantener su aspecto físico
- Mejora la autoestima
- Favorece las relaciones sociales

EVIDENCIA DE SUMINISTRO DE VESTUARIO









1.17 SUMINISTRO DE ÚTILES DE ASEO PERSONAL

OBJETIVO:

Crear sensación de confort y bienestar en los Adultos Mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, mediante el suministro de elementos de aseo personal que contribuyan a mejorar su apariencia física y calidad de vida.

METODOLOGÍA:

El Hogar San Pedro Claver, vela constantemente por cuidar de manera integral a los Adultos Mayores, para ello ofrece todos los implementos necesarios:

La entrega de útiles de aseo personal se hace mensual teniendo en cuenta las siguientes especificaciones de los elementos que reciben los 38 adultos mayores beneficiarios del convenio con la secretaria de participación durante el periodo del 17 de marzo al 16 de abril de 2023.

ESPECIFICACIONES

Elementos entregados	Gramajes y/o característica
Jabón de baño	110g
Crema dental	22.5mg
Cepillo de diente	38und
Papel higiénico	Doble hoja
Champo	236ml
Desodorante	35g
Enjuague bucal	120ml
Crema corporal	200ml
Pañitos húmedos	38und
Presto barbas	38und
Toallas de baño	38und
Colonias	38und



Con la entrega de útiles de aseo personal los adultos mayores fortalecen múltiples destrezas y habilidades, desarrollando cierta autonomía en el cuidado y protección de su higiene personal.

Dentro de los logros que se evidencian en los hábitos actuales de los beneficiarios del Hogar San Pedro Claver se pueden destacar:

- Se ha creado sensación de bienestar y confort
- Eliminan exceso de suciedad y grasa en la piel, previniendo enfermedades
- Garantiza las buenas relaciones sociales
- Mejora la higiene bucal
- Ha dado mayor autonomía a los adultos mayores para realizar algunas actividades cotidianas relacionadas con la higiene personal, (bañarse, vestirse, lavar los dientes)

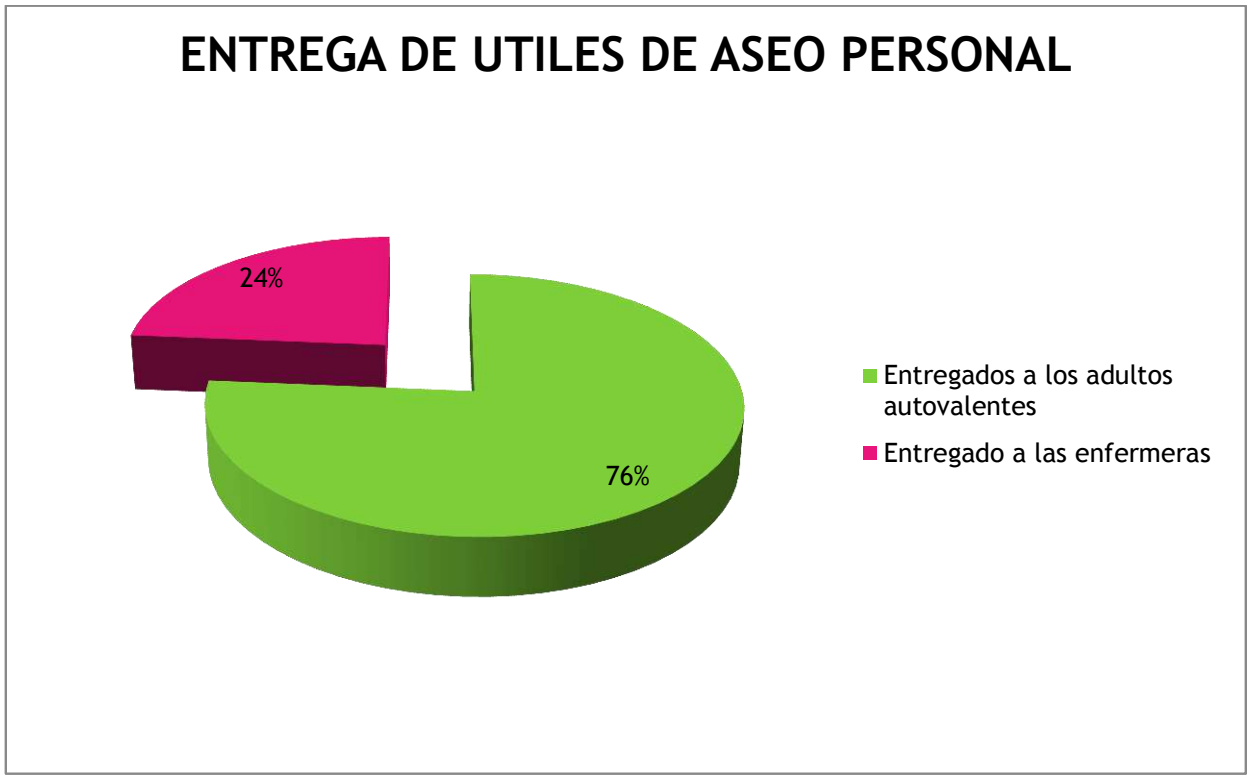
Ejercen mejor control sobre de los elementos del kit de aseo personal

IMPORTANCIA:

- Auto cuidado
- Mejor calidad de vida
- Buena higiene bucal
- Prevención de enfermedades de la piel

RESULTADO CUANTITATIVO

ENTREGA DE UTILES DE ASEO PERSONAL	
RESULTADOS DE LA ACTIVIDAD	N° DE BENEFICIARIOS
Entregados a los adultos autovalentes	29
Entregado a las enfermeras	9



Análisis:

Durante la entrega de útiles de aseo personal se entregan el 76% de los kit de aseo personal a los adultos mayores auto valentes, quienes realizan las prácticas de auto cuidado de manera autónoma y el 24% de los kit son entregados a las auxiliares de enfermería de cada pabellón para el uso de los adultos mayores con discapacidades físicas y/o cognitivas.

EVIDENCIAS DE LA ENTREGA DE ÚTILES DE ASEO PERSONAL





1.18 SERVICIO DE TRANSPORTE PARA TRAMITES DE SALUD

Transporte Adultos Mayores

Cuenta de Cita												
Etiquetas de fila	LABORATORIOS	MEDICINA GENERAL	CONSULTA EXTERNA	ONCOLOGIA	OTORRINOLARINGOLOGIA	OPTOMETRIA	PSICOLOGIA	NUTRICION	PSIQUIATRIA	ENDOCRINOLOGIA	RAYOS X	Total general
ELUDINA FUNES MERCADO			1									1
JOSE MANUEL MARTINEZ			1					1				2
HERNAN HERNANDEZ BUELVAS	2		1									3
JUAN EVANGELISTA MOSQUERA			2									2
ALBERTO MIGUEL LLERENA MARIN			1		1							2
URBANO ALVAREZ CAMAÑO			3									3
GUSTAVO CORTES OCAMPO			1									1
MANUEL ESTEBAN MARMOLEJO MORENO										1		1
WANCELSO GUZMAN GOMEZ									1			1
ROBINSON JOSE MOLINA HERNANDEZ						1						1
REINALDO DE JESUS VILLA GALLO				1								1
ALFONSO ENRIQUE MERCADO SUAREZ			1									1
DIOGENES VELEZ MEÑACA											1	1
GLADYS FAVIOLA HERNANDEZ HERRERA			1									1
ISRAEL DE JESUS JIMENEZ JARABA		1										1
MARCO TILIO VEGA AHUMADA							1					1
DANILO MELAN	1											1
ELUDINA FUNEZ MERCADO	1											1
JOSE SERRANO GONZALEZ	1											1
JUAN CARLOS RODRIGUEZ GARRIDO	1											1
Total general	**6**	**1**	**12**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**27**

Hogar San Pedro Claver cuenta con 2 Vehículos contratados para el transporte del adulto mayor en las ocasiones que así lo ameriten.

Los transportes de los Adultos Mayores alojados en Hogar San Pedro Claver desarrollados en el periodo del 17 de marzo al 16 de abril del 2023 fueron en total 27 citas, las cuales se distribuyen en citas por laboratorios, medicina general, consulta externa, oncología, otorrinolaringología, optometría, psicología, nutrición, psiquiatría, endocrinología, rayos x.

21 fueron los adultos mayores que se trasladaron a los diferentes centros de atención a recibir los servicios de salud anteriormente descritos.

En todas las ocasiones los adultos mayores salieron y regresaron a las instalaciones en compañía de la enfermera Yusleidis Godoy, asistiendo como tutor del adulto mayor en acompañamiento, cumpliendo con los protocolos de Bioseguridad establecidos como medida para contrarrestar la Covid 19, como son el uso de tapabocas, lavado de manos en los sitios que cumplen con esta condición y alcohol al 70% o gel antibacterial en caso contrario.

1.19 SERVICIOS DE LABORATORIO CLÍNICO

Los servicios de laboratorios están orientados a llevar a cabo todos los procedimientos o técnicas que se desarrollan en el laboratorio clínico con fines preventivos, de diagnóstico, control terapéutico o evolutivo de las enfermedades.

En el Hogar San Pedro Claver hay dos modalidades de garantizar este servicio de manera oportuna a los adultos mayores.

- Por un lado cuando se presentan situaciones de salud en algunos de los beneficiarios, el medico del hogar lo valora, si considera que se deben realizar exámenes de laboratorio para descartar agravantes de salud. El Hogar procede a realizarlos particularmente, a través del laboratorio proveedor PASTEUR. Este servicio también se utiliza cuando la EPS envía a realizar exámenes de laboratorio y se demoran para autorizarlos y se ve en riesgo la salud del adulto mayor.
- Además se hace uso del servicio de laboratorios clínicos suministrado por las EPS donde se encuentre afiliado lo adultos mayores.

Cabe resaltar que en ambos casos el adulto mayor es trasladado hasta el lugar donde se va a realizar la toma de muestra, acompañado por la auxiliar de enfermería encargada.

Un día antes se notifica al adulto mayor sobre las recomendaciones a tener en cuenta para garantizar óptimos resultados de la muestra tomada. Por ejemplo no tomar café, si requiere ir en ayunas entre otras.

Nota: cuando el adulto mayor está en situación de cama la auxiliar de enfermería se dirige al laboratorio a recoger los tubos recolectores de la muestra, vuelve al hogar, toma la muestra y con el respectivo proceso de traslado se lleva al laboratorio.

EQUIPO INTERDISCIPLINARIO



1.20 INFORME MEDICO

Informe médico general de población de adultos mayores residentes en hogar San Pedro Claver que se encuentran bajo convenio de la alcaldía mayor de Cartagena de Indias. El siguiente informe se realiza en base a la información obtenida en las consultas y rondas médicas realizadas durante el periodo comprendido del 17 de marzo al 16 de abril de 2023 en los diferentes pabellones de la institución.

Durante este periodo no se reportaron decesos, ni enfermedades virales predominantes.

Requirieron manejo intrahospitalario los señores Jesús Abel Valoyes Mena quien aún se encuentra hospitalizado y el señor José Altamar quien ya se encuentra en el hogar.

En el momento los pacientes residentes en el hogar en su mayoría se encuentran clínicamente estables, sin embargo, con alto riesgo de complicación o muerte por rango etario y múltiples comorbilidades.

	NOMBRE	RESUMEN HISTORIA CLINICA
1	Leuterio Jiménez Martínez	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, trauma raquimedular e hiperplasia prostática. Paciente en el momento estable, sin requerimiento de nuevas intervenciones, en manejo conservador de hiperplasia prostática dado a ausencia de síntomas y decisión del paciente.
2	Eludina Funes Mercado	Paciente con antecedente de demencia senil, hipertensión arterial y diabetes mellitus con adecuado control de patologías de base en el momento paciente estable sin requerimiento de nuevas intervenciones.
3	Oscar Castaño Restrepo	Paciente con antecedente de demencia senil y esquizofrenia en seguimiento por psiquiatría, en el momento se encuentra estable sin requerimiento de nuevas intervenciones.
4	Jaime Caraballo Silva	Paciente en aceptable estado general sin nuevos episodios convulsivos, adecuada respuesta a tratamiento anticonvulsivante instaurado.
5	Gladys Hernández Herrera	Paciente con antecedente de hipertensión arterial con adecuado control, tiene pendiente cita control por ortopedia por no disponibilidad de agenda en su EAPB por fractura de fémur derecho.
6	Fernando Marrugo Jiménez	Paciente con antecedente de ceguera por glaucoma bilateral, con diagnóstico de CA de próstata en tratamiento conservador por parte de urólogo tratante, paciente persiste asintomático.
7	Wuancelso Guzmán Gómez	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, trastorno de ansiedad y EPOC en seguimiento por su EPS. Durante el mes en curso ha presentado varias agudizaciones de su EPOC las cuales han sido manejadas de forma satisfactoria en el hogar.
8	Hernán Hernández Buelvas	Paciente con antecedente de faquectomía bilateral, sin diagnóstico de enfermedades crónicas, durante el mes en curso presento infección de vías urinarias la cual se trató guiada por urocultivo, presenta mejoría marcada de episodios de ojo rojo y dolor ocular izquierdo lo cual continúa en manejo a la

		espera de valoración por oftalmología.
9	Reinaldo Villa Gallo	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, vértigo y EPOC sin requerimiento de oxígeno suplementario en el momento, continua en seguimiento y estudios urológicos por PSA elevada, alta sospecha de enfermedad neoplásica.
10	Pedro Herrera Cárdenas	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, insuficiencia renal crónica, demencia senil, artrosis de rodillas, hiperplasia prostática vs ca de próstata en estudio, en el momento se encuentra estable, sin embargo, con pronóstico ominoso.
11	José Alirio Calderas	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada y secuelas de ACV se le realizo resección de tumor benigno en labio superior hasta el momento adecuada evolución de su postoperatorio
12	José Joaquín Caballero Valdelamar	Paciente con antecedente de fibrilación auricular, hipertensión arterial y trastorno de ansiedad, quien persiste con deterioro de su capacidad funcional lo cual se asocia a enfermedad cerebral isquémica documentada en TAC de cráneo.
v13	Armando Brid González	Paciente con antecedente demencia senil, estable en el momento, sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
14	Remberto González Ibarra	Paciente con antecedente de esquizofrenia en tratamiento, en el momento con adecuado control, sin requerimiento de nuevas intervenciones médicas durante el mes en curso.
15	Jesús Abel Valoyes Mena	Paciente con antecedente de insuficiencia vascular periférica, hipertensión arterial controlada ya fue valorado por neurólogo tratante quien decidió hospitalizar para definir conducta medica en apoyo con neurocirugía, a la fecha paciente ya fue intervenido quirúrgicamente de forma exitosa sin embargo en el momento presenta fractura de cadera de la cual aún no se ha determinado origen, se encuentra a la espera de remisión para valoración por ortopedia para definir conducta.

16	Rafael Vélez Castro	Paciente con antecedente de demencia senil, enfermedad diverticular e hipertensión arterial controlada, en el momento se encuentra asintomático, sin requerimiento de nuevas intervenciones.
17	José Manuel Martínez Salcedo	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, glaucoma y síndrome de intestino irritable, en buen estado general en el momento, sin requerimiento de nuevas intervenciones.
18	Juan Evangelista Mosquera	Paciente con antecedente de amputación infra condílea de miembro inferior izquierdo en el momento estable.
19	José De Jesús Serrano González	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada y enfermedad de Parkinson con adecuada evolución de su postoperatorio, buena respuesta a activación de electrodos y terapias físicas.
20	Israel De Jesús Jiménez	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, insuficiencia cardiaca, dislipidemia mixta y obesidad mórbida, estable en el momento.
21	Diógenes Vélez Meñaca	Paciente en quien se realizó diagnóstico de diabetes con antecedente de síndrome de Steven Johnson, obesidad y dislipidemia, adecuada respuesta a manejo con antidiabetogeno oral, ya se encuentra en seguimiento por parte de su EPS.
22	Manuel marmolejo Moreno	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, secuelas de ACV, diagnostico reciente de hipotiroidismo con adecuada respuesta a suplencia con levotiroxina ya fue valorado por medicina interna quien decidió continuar igual manejo instaurado.
23	Marcos tulio Vega Ahumada	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, fractura de cadera y trastorno de la conducta en tratamiento farmacológico quien durante el mes en curso ha mejorado notablemente su comportamiento.

24	Antonio Santos Acosta	Paciente con antecedente de hipotiroidismo, en seguimiento por hematología por hallazgos sugestivos de enfermedad neoplásica continúa en manejo conservador por edad avanzada y ausencia de síntomas.
25	Carmen Isabel Díaz Bermúdez	Paciente senil con antecedente de hipertensión arterial y asma, asintomática en el momento, sin requerimiento de nuevas intervenciones.
26	Blas Romerin Flórez	Paciente con amputación supracondílea de miembro inferior izquierdo y antecedente de enfermedad vascular periférica, en el momento estable, en estímulo para retomar bipedestación con ayuda de muletas y en proceso para resección de quiste en brazo.
27	Alberto Llerena	Paciente con antecedente de hipertensión arterial y secuelas de ACV, con adecuado control y seguimiento médico por su EPS, en el momento estable, sin requerimiento de nuevas intervenciones.
28	Robinson Molina Hernández	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, secuelas de ACV y diagnostico reciente de hiperplasia prostática benigna, con adecuada respuesta a ajuste de tratamiento antihipertensivo, en el momento se encuentra estable, sin nuevas crisis hipertensivas.
29	Urbano Álvarez Camaño	Paciente con antecedente de hipoacusia bilateral, ya cuenta con audífonos para mejoría de su calidad de vida, viene presentando actitudes altivas y demandantes, incluso ha implementado huelgas de hambre cuando sus requerimientos no son complacidos por lo cual ha manifestado en múltiples ocasiones deseos de abandonar el hogar.
30	Carmen Herazo de Barrera	Paciente con antecedentes de hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca congestiva, coxartrosis bilateral en el momento clínicamente compensada, recibiendo tratamientos farmacológicos de base y asistiendo a controles médicos de forma oportuna, asintomática en el momento.
31	Oscar Pérez Andara	Paciente con antecedente de demencia senil, hipertensión arterial y hernia inguinoescrotal izquierda sin signos de incarceración quien viene presentando dificultad para el

		mantenimiento del sueño, por lo cual, se inició manejo con benzodiacepina.
32	Gustavo Cortes Ocampo	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, hiperplasia prostática benigna, hipoacusia bilateral, ceguera ojo izquierdo con diagnostico reciente de EPOC clínica y espirometría con adecuada respuesta a tratamiento broncodilatador ya en seguimiento por parte de su EAPB.
33	Miguel Buitrago	Paciente con antecedente de diabetes mellitus tipo 2 y secuelas de enfermedad cerebrovascular, continua con requerimiento de insulinas, sin embargo, paciente se opone a la administración de insulinas y de antidiabetogenos orales.
34	Víctor De La Hoz Pautt	Paciente sin antecedentes patológicos conocidos, sin requerimiento de intervenciones médicas en el momento.
35	Alfonso Mercado Suarez	Paciente portador del virus de inmunodeficiencia humana controlado, dislipidemia, ceguera de ojo derecho y disminución de la agudeza visual ojo izquierdo, deformidad en antebrazo derecho secundario a fractura, paciente con mejoría marcada de la conducta, adecuada respuesta a tratamiento psiquiátrico.
36	Juan Carlos Garrido Rodríguez	Paciente con antecedente de CA de vejiga urotelial de alto grado, portador de nefrostomía bilateral, ya se encuentra programado para cirugía definitiva, en el momento paciente estable.
37	Danilo Melan	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, dislipidemia, catarata bilateral, dermatitis neglecta, con leve mejoría de la conducta, viene presentando síntomas obstructivos urinarios y síntomas bronco obstructivos que sugieren EPOC, ordene inicio de tratamiento sintomático, sin embargo, considero que paciente requiere valoración por medicina especializada y realización de estudios para apoyo diagnóstico. Se encuentra en proceso para cambio de EAPB ya que la actual no tiene cobertura en la ciudad.

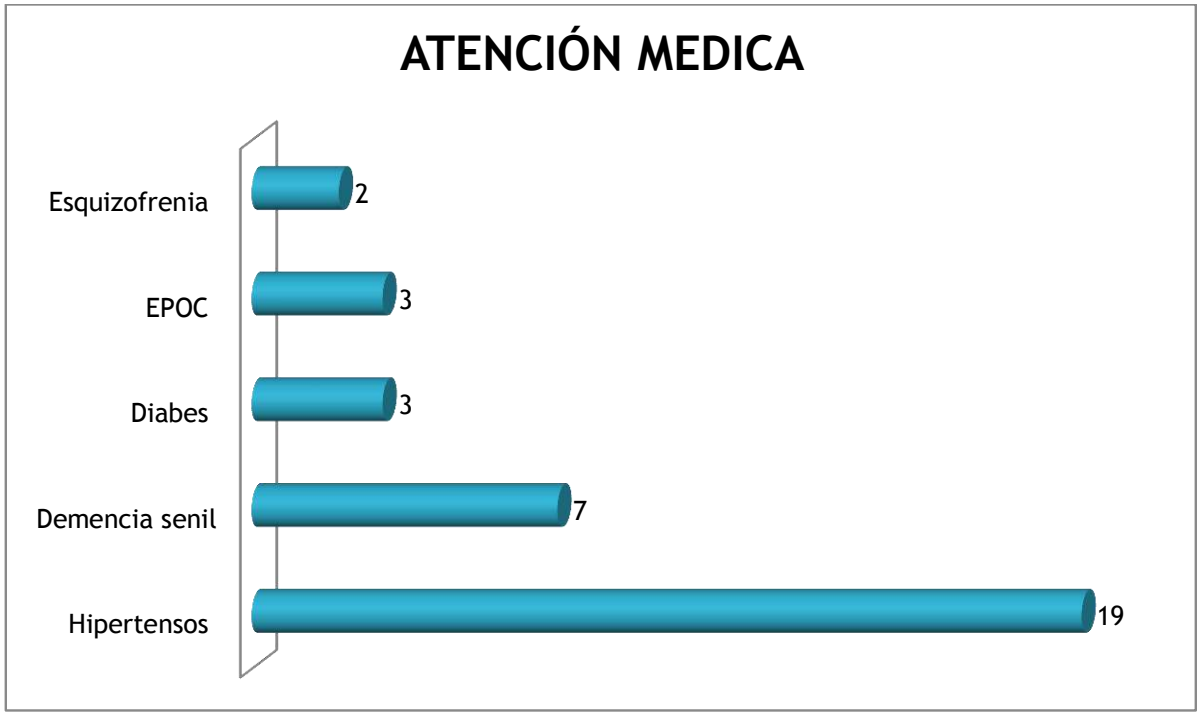
38	José Altamar	Paciente con antecedente de epilepsia en manejo anticonvulsivante, recibiendo dosis alta con seguimiento paraclínico hasta lograr impregnación, durante el mes en curso presento episodios de agitación psicomotora, por lo cual, requirió traslado a centro asistencial.

M.D Ruth Elena Orozco Gómez

R.M 1047478435

RESULTADO CUANTITATIVO

ATENCIÓN MEDICA	
Resultados de la atención	N° de beneficiarios
Hipertensos	19
Demencia senil	7
Diabes	3
EPOC	3
Esquizofrenia	2



Análisis:

En las rondas médicas que se realizan en los pabellones donde se van mirando las historias clínicas de los pacientes se encuentra 19 adultos mayores que tienen como patología de base hipertensión arterial, 7 tienen demencia senil, 3 son diabéticos, 3 padecen EPOC y 2 padecen esquizofrenia.

EVIDENCIA DE LA ATENCIÓN MÉDICA





1.21 ATENCIÓN DE ENFERMERÍA

1. OBJETIVO

Trabajamos para proporcionar una atención individualizada de calidad a la persona mayor que hace parte del hogar san pedro Claver, dándole una atención oportuna en materia de nutrición, educación, cultura, recreación y atención psicológica. Valorando siempre sus necesidades y buscando soluciones a estas mismas, fomentando una cultura de respeto y trato digno a los adultos mayores, fortaleciendo su lugar en la familia y en la sociedad

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Los objetivos que se trazan en el hogar San Pedro Claver se centran en satisfacer las necesidades del adulto mayor. Esto se consigue en diferentes ámbitos y son los siguientes:

  Promoviendo la atención integral: brindando atención de manera digna, fomentando la autonomía y el bienestar, son valores que permiten atender al adulto cuidando sus necesidades, características e intereses.

  Atención individualizada, Cada persona que envejece lo hace de manera distinta. Somos diferentes también en la vejez. Por lo que se debe en cuenta en la prestación de atención y cuidados.

  Cuidados de calidad, Para ofrecer una atención de calidad, la enfermería debe realizar diferentes acciones asistenciales y administrativas.

- Asistir al adulto mayor en la alimentación y actividades de la vida diaria.
- Administrar medicamentos al adulto mayor, basándose en manejo médico y comorbilidades diagnosticadas.
- Fomentar el desarrollo del trabajo interdisciplinario para el abordaje de una atención integral de calidad al adulto mayor.

La Enfermería juega un papel fundamental en la atención integral del adulto mayor. En **EL HOGAR SAN PEDRO CLAVER,** a través de la labor que hacemos identificamos sus necesidades básicas y mejoramos su calidad, por medio de la observación directa detectamos necesidades las cuales tratamos en lo posible darles las soluciones oportunas a sus necesidades.

Dentro de las actividades que realizan diario las auxiliares de Enfermería que están a cargo del adulto mayor en el centro geriátrico tenemos la siguiente:

1. ACCIONES ADMINISTRATIVAS:

- Recibo y entrega de turno, notas de enfermería a los adultos mayores en las que se plasman las actividades realizadas a cada adulto mayor y su condición clínica.
- Detección de signos y síntomas de enfermedades prevalentes: infarto agudo de miocardio, enfermedad cerebrovascular, diabetes, crisis hipertensiva
- Acciones de promoción de la salud
- Acciones de prevención la enfermedad

2. ACCIONES ASISTENCIALES.

- Prestación de primeros auxilios y atención primaria
- Valoración de actividades básicas cotidianas
- Asistencia al adulto mayor durante el baño
- cuidado de la salud oral del adulto
- Cuidado de la piel

- Control de signos vitales.
- Administración de medicamentos bajo preinscripción médica.
- Vigilancia de interacciones medicamentosas
- Administración de dietas específicas, teniendo en cuenta comorbilidades diagnosticadas.
- Vigilancia de ingesta y eliminación
- Realización de curaciones y cuidados integral de la piel
- Prevención de úlceras por decúbito por medio de los cambios de posiciones.
- Vigilancia a pacientes con caracterismo vesical
- mantenimiento de posición funcional
- Cuidados en la deambulación
- toma de muestras de laboratorio
- Acompañamiento a citas médicas, toma de muestras de laboratorio, realización de estudios diagnósticos.

Para la atención asistencial a los adultos mayores en nuestro Hogar contamos con departamento de Enfermería, es un grupo idóneo y capacitado para este tipo de atención. Se encuentra conformado por una (1) Enfermera Profesional y ocho (8) auxiliares de Enfermería, quienes brindan atención en el cuidado a los ancianos durante las 24 horas del día.

La administración de medicamentos se realiza bajo prescripción médica, teniendo en cuenta los correctos en la administración de medicamentos como lo son:

- Medicamento correcto
- Paciente correcto
- Dosis correcta
- Vía correcta
- Hora correcta
- Fecha de vencimiento del medicamento
- Preparación
- Velocidad

- Verificación de posibles reacciones.

Estos quedan evidenciados en el formato de registro de medicamento de cada adulto mayor, teniendo en cuenta sus múltiples comorbilidades están inscritos en programas de atención en adulto mayor en su EPS, quienes reciben atención por diferentes disciplinas y especialidades médicas.

Contamos con un stop de medicamentos para situaciones vitales y atención de respuesta rápida en urgencias los cuales están clasificados según prioridad.

Encontramos medicamentos para control de hipertensión, dolor abdominal, manejo del dolor, antipirético y manejo de trastornos gastrointestinales.

Contiene insumos tales como jeringas, catéteres, tapón venoso, soluciones endovenosas, sondas. También contamos con equipo utilizados en crisis respiratorias como cánulas nasales, kit de Venturi y de kit para realizar nebulizaciones.

Todos los medicamentos están debidamente rotulados de acuerdo a la normatividad vigente.

En los programas de Hipertensión y Diabetes, las EPS realizan controles médicos trimestrales donde se realiza prescripción de medicamentos y exámenes de laboratorios de acuerdo a su evolución y condición clínica.

En la siguiente tabla se encuentra plasmado el seguimiento a las diferentes atenciones donde fue fundamental la asistencia a citas médicas presenciales, atención domiciliaria, realización de exámenes de laboratorios y tele orientación.

CITA PRESENCIAL	**EXÁMENES DE LABORATORIOS Y/IMÁGENES**	**TELE ORIENTACIÓN**	**PROCEDIMIENTOS**	**ATENCIÓN DOMICILIARIA**
21	6	6	5	10

Todos los adultos mayores disponen de acompañamiento a citas médicas, procedimientos, exámenes de laboratorio con un personal de enfermería.

Relaciono tabla de las atenciones intrahospitalarias realizadas

ADULTOS MAYORES HOSPITALIZADOS	**ADULTOS MAYORES QUE REQUIEREN ACOMPAÑAMIENTO, DURANTE LA HOSPITALIZACIÓN**	**ADULTOS MAYORES QUE FALLECIERON DURANTE LA HOSPITALIZACIÓN**
2	2	0

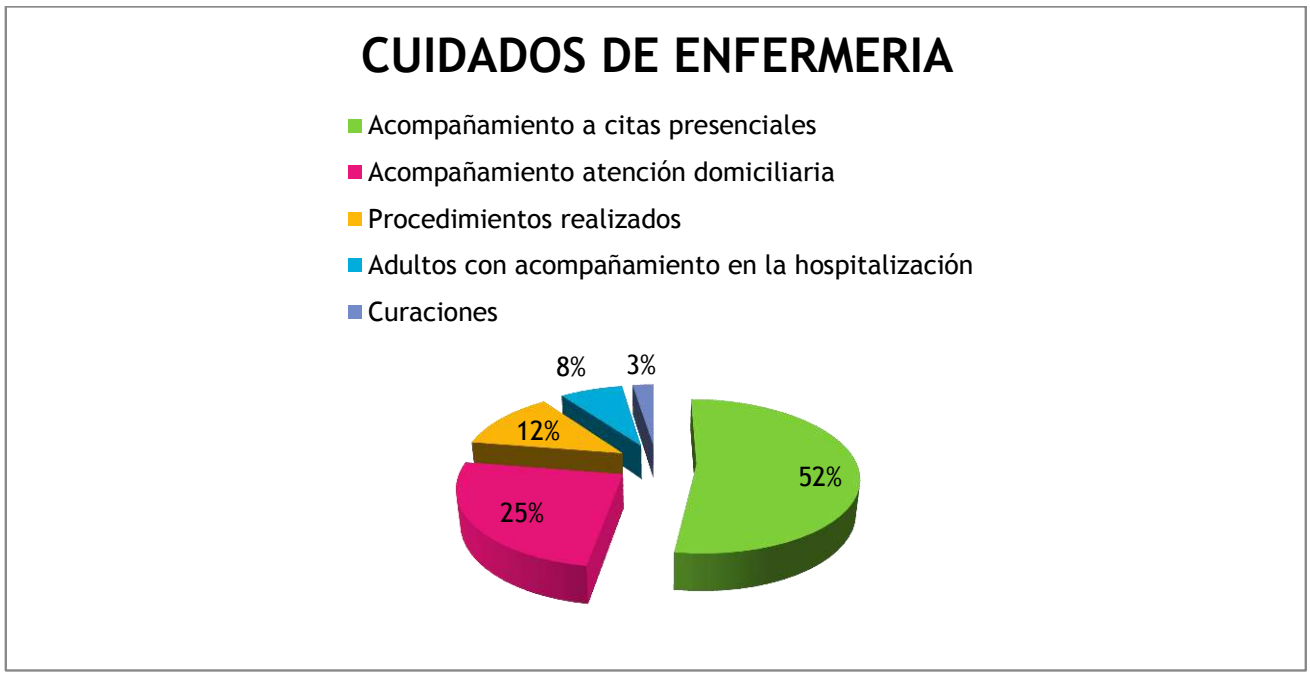
En la atención brindara por Enfermería, se realizan procedimientos y cuidados a los adultos mayores, que requieren cuidados especiales para mejorar su condición médica y así tener mejor calidad de vida.

A continuación, procedimientos realizados.

CURACIONES	**CATETERISMO VESICAL**	**ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS INTRAVENOSOS**	**ADULTOS MAYORES QUE SE LES REALIZAN BAÑO EN CAMA**
1	0	1	1

RESULTADO CUANTITATIVO

CUIDADOS DE ENFERMERIA	
Resultados de la actividad	N° de beneficiarios
Acompañamiento a citas presenciales	21
Acompañamiento atención domiciliaria	10
Procedimientos realizados	5
Adultos con acompañamiento en la hospitalización	3
Curaciones	1



Análisis:

52% de los adultos mayores acuden a citas médicas presenciales en acompañamiento de la auxiliar de enfermería, 25% reciben atención domiciliaria y las enfermeras están durante el servicio brindado, a 12% se les realiza procedimiento, la auxiliar de enfermería hace acompañamiento al 8% de los adultos mayores hospitalizados y a 3% se le hacen curaciones.

EVIDENCIA DE LA ATENCIÓN DE ENFERMERÍA





1.22 ATENCIÓN NUTRICIONAL

Yo, Keyla Verbel Martínez identificada con cédula de ciudadanía No. 1143383617 de Cartagena en cumplimiento de lo dispuesto en el contrato de Prestación de Servicios celebrado entre Hogar San Pedro Claver y Keyla Verbel Martínez, éste último en su calidad de contratista, presento a usted el informe correspondiente a las actividades desarrolladas del 17 de Marzo al 16 de Abril de 2023.

A continuación relaciono las actividades desarrolladas así:

FUNCIONES	ACTIVIDAD	FECHA	LUGAR	OBSERVACIONES
1. Tamizaje, evaluación y seguimiento del estado nutricional del adulto mayor albergados el hogar geriátrico	Para el periodo comprendido entre el 17 de marzo al 16 de abril se realizó cronograma de captura de datos antropométricos durante la vigencia del contrato y tamizaje nutricional a adultos mayores	29/03/23 10/04/23	Hogar geriátrico San Pedro Claver	Se realiza predicción de peso y talla con la formula altura de rodilla a una gran mayoría de adultos mayores por presentar limitaciones en la marcha.
2. Dar capacitaciones dirigidas a adultos mayores, manipuladores de alimentos.	se realizó cronograma de las temáticas a tratar con los adultos mayores durante la vigencia del contrato	29/03/2023	Hogar geriátrico San Pedro Claver	
	se realizó cronograma de las temáticas a tratar con los manipuladores de alimentos durante la vigencia del contrato	29/03/2023	Hogar geriátrico San Pedro Claver	

3. Elaboración de ciclos de minutas y seguimiento al servicio de alimentos del hogar geriátrico	Se elaboró ciclo de minutas correspondiente a los meses de atención de marzo y abril teniendo en cuenta las necesidades nutricionales de la población	30-03-2023	Comedor Hogar geriátrico San Pedro Claver	

INTRODUCCION

El componente de seguridad alimentaria y nutricional es decisivo para el proceso de atención a la población adulta mayor, se origina de un marco amplio de la política de seguridad alimentaria y nutricional por la cual se busca promover el derecho a una alimentación adecuada suficiente y fomentar el bienestar físico y nutricional de la tercera edad en el hogar geriátrico San Pedro Claver

En los servicios de la operatividad del componente de seguridad alimentaria y nutricional se generan acciones que mejoran el desarrollo de sus capacidades haciendo énfasis en el goce de una vejez con plenitud.

Desde la fundación se busca que se practiquen hábitos de vida saludables, se promueva el consumo de alimentos teniendo en cuenta las necesidades nutricionales de macro y micronutrientes específicas para este grupo etario (Adulto Mayor).

OBJETIVO

Promover la salud del adulto mayor, reducir el riesgo de sufrir enfermedades no transmisibles y controlar trastornos causados por ingestas excesivas o deficitarias a beneficiarios adscritos a la fundación San Pedro Claver.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Promocionar hábitos y estilos de vida saludables

Para la implementación de esta línea se tendrá como base la promoción de hábitos y estilos de vida saludable por medio de la actividad física, para fomentar el bienestar y mejorar la calidad de vida del adulto mayor, se pondrá en marcha acciones relacionadas con la estrategia de información, educación en seguridad alimentaria y nutricional enmarcada al conocimiento y fortalecimiento de decisiones que propicien buenas prácticas de alimentación.

La educación alimentaria cumple con el derecho humano a una alimentación sana, suficiente y equilibrada, las acciones que se desarrollaran facilitaran la adopción voluntaria de conductas alimentarias saludables en temáticas como:(ver tabla 1 y 2).

Tabla 1.

Capacitaciones mes de abril dirigido a Adultos Mayores			
1	Alimentación en el adulto mayor	Abril	profesional de nutrición

Tabla 2.

Capacitaciones mes de abril dirigido a manipuladoras de alimentos			
1	Socialización de ciclos de menús y plan de trabajo	Abril	profesional de nutrición

2. Fomentar el acceso y consumo de alimentos en calidad, cantidad y que no represente riesgo a la salud.

Como parte de uno de los ejes que constituyen a la seguridad alimentaria, consumo y acceso a los alimentos desde las atenciones del adulto mayor en el Hogar geriátrico San Pedro Claver se elabora ciclo de minutas de 33 ciclos, basado en recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes de acuerdo al grupo etario

Es preciso señalar que la propuesta de implementar una minuta mensual de 33 ciclos se sustenta en vías de mejorar la operatividad y la planeación de la compra de alimentos necesarios para la preparación de los diferentes tipos de menús y estandarizar los procesos de preparación y servido a los beneficiarios adscritos al hogar geriátrico.

todo lo anterior basado en recomendaciones de las guías alimentarias basadas en alimentos (GABAS) las cuales proporcionan recomendaciones específicas del contexto y principios sobre alimentación y estilos de vida saludables, que se basan en pruebas sólidas y responden a las prioridades de salud pública, nutrición del país, patrones de producción y consumo de alimentos. [1] Instituto colombiano de bienestar familiar, 2015.Guias alimentarias basada en los alimentos para la población colombiana mayor de 2 años.

3. Realizar Tamizaje, evaluación y seguimiento del estado nutricional.

El Tamizaje nutricional se realiza como una acción de vigilancia epidemiológica, que hace uso de los datos antropométricos. Esta acción va en función de mantener o cambiar determinadas actividades en el marco de la prestación de los servicios y tomar decisiones sobre la marcha, con el fin de realizar acciones de educación alimentaria y nutricional, que faciliten la promoción de hábitos y prácticas de vida saludables, encaminadas a mejorar o prevenir el deterioro del estado nutricional de dicha población.

Del mismo modo, este seguimiento permite que se ejecuten acciones de alerta y reporte de casos prioritarias de atención, como aquellos identificados con desnutrición que requieren la actuación, de acuerdo con la Resolución 2350 del 2020 del MSPS y casos de malnutrición por exceso o en riesgo que pueden representar un patrón epidemiológico de morbilidad y mortalidad de una población. (Arbeláez, 2021)

La toma de datos antropométricos, interpretación y el seguimiento a la evolución de estos se ejecutaran cada 6 meses a la totalidad de los beneficiarios del hogar geriátrico y de manera mensual a beneficiarios cuyo diagnóstico nutricional presenta algún tipo de mal nutrición por déficit, a partir de la puesta en marcha de las atenciones a los adultos mayores a través de la orientación y guía del profesional en nutrición.

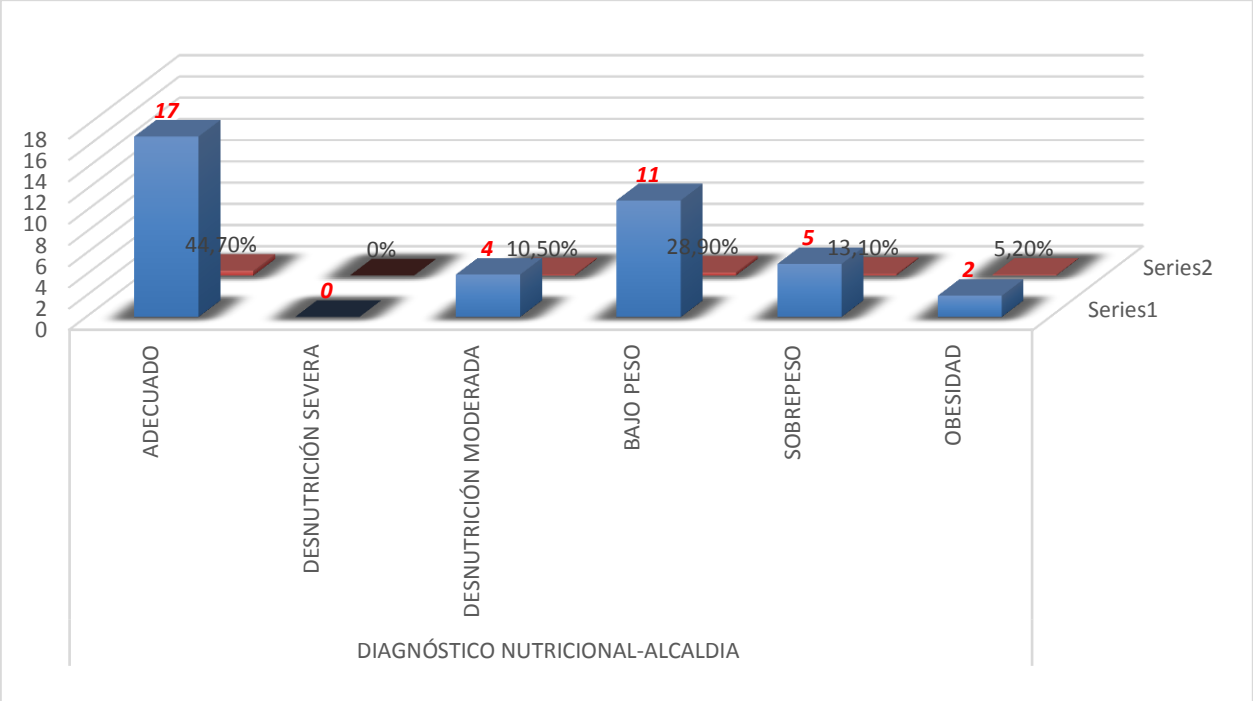
Tamizajes nutricionales Abril 2023

TAMIZAJES NUTRICIONALES	POBLACION
1	Todos los beneficiarios

RESULTADO CUANTITATIVO

1. SEGUIMIENTO NUTRICIONAL Y PLANES ALIMENTARIOS

DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL-ALCALDIA					
ADECUADO	**DESNUTRICIÓN SEVERA**	**DESNUTRICIÓN MODERADA**	**BAJO PESO**	**SOBREPESO**	**OBESIDAD**
17	**0**	**4**	**11**	**5**	**2**
44,7%	**0%**	**10,5%**	**28,9%**	**13,1 %**	**5,2%**



Teniendo en cuenta la información anterior podemos tener en cuenta los siguientes resultados:

- ✓ El 44,7% de la población presenta **peso adecuado** (17 adultos mayores).
- ✓ El 10,5% de la población presenta desnutrición moderada (4 adultos mayores).
- ✓ El 28,9 % de la población presenta bajo peso (11 adultos mayores).
- ✓ En la actualidad tenemos 5 adultos mayores que presentan sobrepeso (el 13,1% de la población).
- ✓ El 5,2% de la población presenta obesidad (2 adultos mayores).
- ✓

EVIDENCIA DE LA INTERVENCIÓN







EVIDENCIA DE LA ALIMENTACIÓN DEL ADULTO MAYOR

Desayuno





Refrigerio





Almuerzo





Refrigerio





Cena





1.23 INFORME DE TRABAJO SOCIAL

Desde la intervención de trabajo social en el Hogar San Pedro Claver se busca promover el envejecimiento activo y saludable, teniendo en cuenta que en la praxis se apunta a potenciar el capital social individual, grupal y comunitario de los adultos mayores, mejorando su calidad de vida social y su desarrollo personal.

Para lograr lo descrito anteriormente se planifican una serie de actividades recreativas y formativas tendientes a la recuperación funcional de los beneficiarios, teniendo en cuenta que durante este periodo del ciclo vital se entra en un proceso degenerativo a nivel físico y cognitivo.

Durante este periodo comprendido entre el 17 de marzo al 16 de abril de 2023 participaron de manera activa 36 adultos mayores, teniendo en cuenta que 2 de ellos estuvieron hospitalizados.

Los asistentes encontraron en las actividades un contenido interesante, ya que se abordaron temas relacionados con la semana santa. Desde la parte formativa pudieron ilustrar de manera creativa como viven la semana santa y los recuerdos que se generan.

En las actividades recreativas reforzaron los lazos de integración, ya que durante los juegos de mesa interactuaron y pudieron compartir historias que querían expresar.

RUTH PIEDAD VIVANCO GÓMEZ

T.P268981006-1

1.24 INFORME DE PSICOLOGIA

La adultez mayor es una etapa del desarrollo del ser humano que inicia a los 60 años y termina en el momento en el que la persona fallece, y se caracteriza por ser un periodo de grandes cambios en todas las áreas de funcionamiento (OMS, 2006). Sin embargo, es importante resaltar que, no obstante, en América latina hay acuerdos con relación a la perspectiva del adulto mayor, las concepciones de este varían de acuerdo con la cultura de cada país, el momento histórico, la clase socioeconómica o la raza (Aranibar, 2001).

Continuando con lo anterior a nivel psicológico, la persona en esta etapa de desarrollo atraviesa por un proceso de reflexión y comienza a contemplar su vida como un conjunto, que lo lleva a evaluar la manera como ha vivido su vida (Rage, Rodríguez & Casal, 2003).

A nivel social algunos de los hechos que impactan la vida del adulto mayor se relacionan con el temor por la pérdida de los seres queridos, la jubilación y con ella la inclusión social, la falta de actividades físico-recreativas y la disminución de la interacción social (Gallar, Buela & Casal, 2003).

Según el colegio oficial de psicólogos, (2002). Se pretende que los psicólogos contribuyan con el diseño de medidas fiables que permitan una evaluación y seguimiento de los programas de intervención y que se preocupen por emplear estrategias que contribuyan al cambio conductual y a la promoción y prevención de la enfermedad, optimizando el proceso de adaptación con intervenciones que apunten a necesidades propias de la población y del contexto familiar y social que lo rodea.

Teniendo en cuenta los cambios de esta etapa, el equipo psicosocial del Hogar San Pedro Claver crea las herramientas y metodologías necesarias de manera eficaz para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores donde su atención sea integral. Asimismo, realizar monitoreo y seguimiento de los casos a intervenir.

OBJETIVOS:

Objetivo General.

Desarrollar herramientas que favorezcan la calidad de vida del adulto mayor en todas sus dimensiones y abordar las problemáticas de manera integral.

Objetivos Específicos.

- Comprender e intervenir eficazmente al adulto mayor y generar planes de acción que puedan coadyuvar al mejoramiento de su calidad de vida.

- Emplear estrategias que contribuyan al cambio conductual y a la promoción y prevención de las enfermedades, optimizando el proceso de adaptación con intervenciones que apunten a las necesidades propias del adulto mayor y el contexto que los rodea.

ESTRATEGIAS:

La herramienta que se utilizara es la psicoterapia cognitivo – conductual que ha demostrado ser eficaces y dar resultados positivos a corto plazo en los tratamientos para la salud mental, estas son las siguientes:

- Entrenamiento en la relajación a través de técnicas de respiración y relajación progresiva de JACOBSON
- Programación de actividades agradables
- Promoción de conductas saludables.
- Desarrollar estrategias de afrontamiento que le permitan al adulto mayor enfrentarse a problemáticas cotidianas.
- Fomentar el desarrollo de una buena autoestima y auto concepto.
- Prevenir e intervenir sobre sintomatología de ansiedad y depresión.
- Fomentar el crecimiento espiritual
- Promover la expresión de sentimientos hacia los compañeros del hogar.
- Desarrollar la comunicación asertiva
- Entrenar al adulto mayor en técnicas de autocontrol emocional
- Facilitar estrategias para la solución de problemas en los diferentes contextos en donde se desenvuelve el adulto
- Acercamiento del adulto mayor a la muerte.

CONCLUSION:

Es necesario mencionar que a esta edad la gente suele ser más receptiva, dispuesta a contar su historia, su manera de ser y de pensar, es como si la persona necesitara establecer contacto, aprovechando la oportunidad de poder hablar. Resulta emotivo observar el agradecimiento que estos sienten cuando hay alguien que los escucha. Se trata entonces de mantener con esta población una escucha activa y en ese proceso, ayudar a comprenderlos, crear empatía y sensibilización hacia estos, para lograr un buen proceso de intervención psicosocial integral, con la finalidad de mejorar su calidad de vida.

KATERINE TATIANA MARTINEZ OLIVERO

T.P 132190

1.25 SERVICIO DE TERAPIA OCUPACIONAL

Fecha: 28 de marzo de 2023

ACTIVIDAD	Cognitiva
OBJETIVO	Conservar los procesos mentales superiores en el adulto mayor, como atención, concentración y memoria para favorecer las habilidades cognitivas.
METODOLOGÍA	• Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. • Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. • Se realiza la actividad. • Se toma la evidencia fotográfica.
MATERIALES	Bingo de imágenes
IMPORTANCIA	Este tipo de actividades le ayudará al adulto mayor a cumplir una función preventiva tanto en lo físico como en la psíquico, permitiéndole conservar parte de sus capacidades intelectuales disminuyendo el deterioro mental. Evita el aislamiento llenando su tiempo de ocio, y a través del contacto con otras personas mantendrá su relación con el mundo que lo rodea disminuido por las dificultades de adaptación. Crear nuevos intereses y desarrollar nuevas posibilidades, fomentando la adquisición de nuevos intereses.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	 

Fecha: 1 de abril de 2023

ACTIVIDAD	INDEPENDENCIA DE LA VIDA DIARIA (VESTIDO)
OBJETIVO	• Potenciar y facilitar la independencia en el adulto mayor a través de la actividad de autocuidado (vestido) • Conseguir unos adecuados hábitos higiénicos, potenciando los conocimientos básicos, las actitudes y habilidades necesarias • Proteger y mantener la dignidad del adulto mayor en situación de dependencia, aumentando su nivel de autoestima con la mejora de su aspecto físico. • Promover el autocuidado, aportándole el mayor nivel de independencia y autonomía posible
METODOLOGÍA	• Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. • Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. • Se realiza la actividad. • Se toma la evidencia fotográfica.
MATERIALES	Camisa con botones
IMPORTANCIA	El arreglo personal es un hábito necesario en la rutina diaria de una persona e influye en su imagen y aceptación social, pero a veces, puede verse afectado por una situación de discapacidad o por una enfermedad crónica. Es muy importante que en estos casos se estimule y promueva el mantenimiento de un aspecto digno y adecuado en el adulto mayor, respetando sus preferencias y adecuándolas a

	sus necesidades si es necesario, pero siempre intentando evitar la sobreprotección. Mantener la autonomía en las actividades relacionadas con el arreglo personal es importante porque: Una presentación personal adecuada tiene un gran valor de aceptación y reconocimiento social La autonomía en estas actividades dignifica, ya que estas son tareas que se relacionan con la intimidad de la persona. Realizar de forma autónoma algunas actividades de cuidado personal incrementa la autoestima y mejora el estado de ánimo
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	







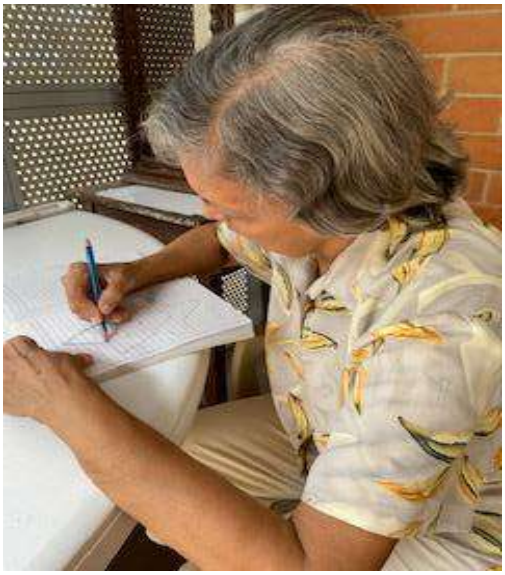
Fecha: 4 de abril de 2023

ACTIVIDAD	Motricidad Fina
OBJETIVO	Conservar las habilidades manuales a través de la actividad de motricidad fina, para lograr mantener las capacidades de miembros superiores en el adulto mayor.
METODOLOGÍA	• Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. • Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. • Se realiza la actividad. • Se toma la evidencia fotográfica
MATERIALES	Cuencas Cordón
IMPORTANCIA	Este tipo de actividades le ayudará al adulto mayor a cumplir una función preventiva tanto en lo físico como en la psíquico, permitiéndole conservar parte de sus habilidades manuales, impidiendo la reducción de los valores articulares y musculares producidas por el desuso; además le permite conservar parte de sus capacidades intelectuales disminuyendo el deterioro mental. La ejecución de actividades manuales, que como ya planteamos anteriormente favorece en el adulto mayor el contacto social, la satisfacción personal, la ocupación del tiempo libre a través de actividades programadas.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA	 

Fecha: 09 de abril de 2022

ACTIVIDAD	**Motricidad Fina**
OBJETIVO	Conservar las habilidades manuales a través de la actividad de motricidad fina, para lograr mantener las capacidades de miembros superiores en el adulto mayor.
METODOLOGÍA	• Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. • Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. • Se realiza la actividad. • Se toma la evidencia fotográfica
MATERIALES	Cuaderno Colores
IMPORTANCIA	Este tipo de actividades le ayudará al adulto mayor a cumplir una función preventiva tanto en lo físico como en la psíquico, permitiéndole conservar parte de sus habilidades manuales, impidiendo la reducción de los valores articulares y musculares producidas por el desuso; además le permite conservar parte de sus capacidades intelectuales disminuyendo el deterioro mental. La ejecución de actividades manuales, que como ya planteamos anteriormente favorece en el adulto mayor el contacto social, la satisfacción personal, la ocupación del tiempo libre a través de actividades programadas.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA :	 

Fecha: 11 de abril de 2022

ACTIVIDAD	**INDEPENDENCIA DE LA VIDA DIARIA (ALIMENTACIÓN)**
OBJETIVO	Conservar las habilidades manuales a través de la actividad de alimentación, para lograr mantener las capacidades de miembros superiores en el adulto mayor y así mantener el hábito de manera independiente.
METODOLOGÍA	• Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. • Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. • Se realiza la actividad. • Se toma la evidencia fotográfica.
MATERIALES	Platos Cucharas Vasos Servilletas
IMPORTANCIA	Facilitar a través de la actividad con cubiertos mantener habilidades motoras finas para preservar la alimentación independiente en el adulto mayor.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	 

KARLA JESSURUM

T.P 1697

1.26 INTERVENCIÓN TERAPEUTA FISICO

OBJETIVO GENERAL:

Incrementar la movilidad articular y la fuerza muscular, disminuyendo los sentimientos de minusvalía y los sentimientos osteomioarticulares entre los adultos mayores del hogar san pedro Claver, a través de las actividades de terapia física.

Durante la atención individual se desarrollan las siguientes actividades a 10 adultos mayores:

- Ejercicios activos libres y activos resistidos con bandas elásticas
- Ejercicios de propiocepcion para manejo de equilibrio y estabilidad
- Ejercicios cardiovasculares con el 10 de su fuerza máxima
- Ejercicios de higiene postural
- Entrenamiento de marcha
- Estiramientos
- Masaje manual más recomendaciones caseras

OBJETIVOS

Conserva fuerza y desempeño muscular

Disminuir dolor

Conserva arcos de movilidad articular

Mejora higiene postural

Continúa orden de terapia física

La actividad grupal de fisioterapia se ejecuta en el salón de actividades donde participan aproximadamente 20 adultos mayores, quienes reciben entrenamiento en varias fases:

Primero se realizan ejercicios de estiramiento y respiración para ir adaptando el cuerpo al entorno, luego se hacen actividades que estimulen y ayuden a fortalecer su parte muscular y de fuerza.

Dentro de estas actividades grupales se hacen:

- Juegos con hula hula
- Estiramiento con Bandas elásticas
- Secuencias con conos
- Ejercicios apoyados en las sillas

EVIDENCIAS DE LA INTERVENCIÓN






AMIGAOS

SAN PEDRO CLAVER
Hogar Geriatrico

SEMANA No. 1

LUNES 27 DE MARZO	MARTES 28 DE MARZO	MIERCOLES 29 DE MARZO	JUEVES 30 DE MARZO	VIERNES 31 DE MARZO	SABADO 01 DE ABRIL	DOMINGO 02 DE ABRIL
DESAYUNO						
MAZAMORRA DE MAIZ	AVENA EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AVENA EN LECHE	COLADA DE MAICENA	CHOCOLATE EN LECHE
QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO COSTEÑO EN PORCION	HUEVO REVUELTO	SANDWINS DE QUESO CON MANTEQUILLA		QUESO EN CUAJADA
PAN BLANCO	BOLLO LIMPIO	AREPA DULCE	PLATANO VERDE COCIDO		EMPANADAS	PAN CROISSANT
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	GELATINA	CHICHA DE ARROZ	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN BLANCO	GALLETAS DUCALES		GALLETAS DUCALES	TOSTADAS	GALLETAS WAFER
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	MOTE DE QUESO	PALOMITOS GUISADOS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PESCADO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS
PECHUGA DE POLLO GUISADA	ARROZ BLANCO	PECHUGA ASADA	ESPAGUETTI-ATUN	FILETE DE PESCADO FRITO	FRIJOLES GUISADOS	CARNE EN CUADRITOS
ARROZ BLANCO	PORCION DE AGUACATE	ARROZ BLANCO		ARROZ DE COCO	HUEVO FRITO	ARROZ CON AJO
PAPA CRIOYA AL VAPOR	JUGO DEGUAYABA	TAJADAS AMARILLAS	ARROZ DE AJO	YUCA COCIDA	ARROZ CON FIDEOS	LENTEJAS
ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA		ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DEAGUCATE,TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIF
JUGO DE MARACUYA		JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	AGUA DE PANELA CON LIMON	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
PAPAYA EN TROZOS	JUGO DE MANGO	GELATINA EN CUADRITOS	GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	BEBIDA CON LECHE
	GALLETA WAFER			GALLETAS DUCALES	PAN DE QUESO	TORTA
COMIDA / CENA						
HIGADO DE RES EN BISTEK	PECHUGA DE POLLO GUISADA	CERDO EN CUADRITOS	CARENE DESMECHADA CON VERDURAS	HUEVO COCIDO	CERDO GUISADO	BOFE EN BISTECK
ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO			ARROZ DE ZANAHORIA		
TAJADA AMARILLA	PAPA CRIOYA AL VAPOR	YUCA COCIDA	ARROZ DEAJI	PAPA COCIDA	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE PIMENTON
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ARROZ BLANCO	ÑAME COCIDO	ENSALADA FRESCA OPCIONAL	YUCA COCIDA	TAJADA AMARILLA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIF	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA
		JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBELMARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVEL
Hogar Geriatrico

SEMANA No. 2

LUNES 03 DE ABRIL	MARTES 04 DE ABRIL	MIERCOLES 05 DE ABRIL	JUEVES 06 DE ABRIL	VIERNES 07 ABRIL	SABADO 08 DE ABRIL	DOMINGO 09 DE ABRIL
DESAYUNO						
CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CREMA DE ARROZ CON LECHE	COLADA DE MAICENA	COLADA DE AVENA CON LECHE
AREPA ASADA	ÑAME COCIDO	BOLLO LIMPIO	PAN BLANCO,HUEVO REVUELTOS	YUCA/PAPA COCIDA	EMPANADAS	SADWINS CON QUESO
QUESO EN PORCION	HUEVOS PERICOS	QUESO EN PORCION		HUEVO REVUELTO		
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
ARROZ CON LECHE	JUGO DE MANGO	PETO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN CROISSANT	GALLETA DE SODA	PONQUE	GALLETA DULCE		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS CON ARVERJAS	ARROZ CON COCO	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS	SOPA DE FRIJOL	SOPA DE VERDURAS CON AHUYAMA	SOPAS CAMPESINAS	MOTE DE QUESO
ARROZ BLANCO	POSTA DE PESCADO EN ZUMO DE COCO	ARROZ DE TOMATE	ARROZ BLANCO	ARROZ DE FIDEO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ BLANCO
CARNE GOULASH			HUEVO COCIDO	CERDO ASADO	ATUN	PORCION DE AGUACATE
ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	PALITOS DE YUCA	CARNE EN BISTEC	PURE DE AHUYAMA	PAPA COCIDA	ENSALADA HABICHUELA ZANAHORIA Y CEBOLLA	
JUGO DE MARACUYA	JUGO DEGUAYABA	ENSALADA CAMPESINA, PLATANO EN TENTACION	TAJADA AMARILLAS	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	TAJADAS AMARILLAS	AGUA DE PANELA CON LIMON
		JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE GUAYABA	
REFRIGERIO DE LA TARDE						
MANGO EN PORCION	GELATINA	CHICHA DE PATILLA	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)	GELATINA	YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)
					PAN BLANCO	
COMIDA / CENA						
ARROZ BLANCO	PASTAS GUISADAS CON VERDURAS/ARROZ AJI	ARROZ ENCEBOLLADO	ARROZ DE ZANAHORIA	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE AJI	ARROZ DE PIMENTON
			CERDO A LA PLANCHA			
ATUN	CARNE MOLIDA GUISADA	POLLO EN SALSA CRIOLLA		HUEVO EN TORTILLA	PECHUGA ASADA	CARNE EN SALSA
ENSALADA COCIDA DE ZANAHORIA,HABICHUELA (OPCIONAL)		LENTEJAS		FRIJOLES GUISADOS	LENTEJAS	PAPA CHORREADA
PAPA AL VAPOR	ENSALADA VERDE	ENSALADA COCIDA,ZANAHORIA,REMOLACHA	ENSALADA DE BROCOLI,ZANAHORIA,PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBELMARTINEZ
Nutricionista Dietista
T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER
Hogar Geriatrico

SEMANA No. 3

LUNES 10 DE ABRIL	MARTES 11 DE ABRIL	MIERCOLES 12 DE ABRIL	JUEVES 13 DE ABRIL	VIERNES 14 DE ABRIL	SABADO 15 DE ABRIL	DOMINGO 16 ABRIL
DESAYUNO						
CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	MAZAMORRA DE MAIZ	CHOCOLATE EN LECHE	AVENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE MAICEENA
HUEVO FRITO	QUESO EN PORCION, PLATANO MADURO COCIDO	QUESO RALLADO		HUEVO PERICO		HUEVO FRITO
PAN MOGOLLA		AREPA	SANDWINS CON QUESO EN LONJA Y MANTEQUILLA	BOLLO LIMPIO	EMPANADAS	PAN TAJADO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	COLADA DE ARROZ	LECHE CON CEREAL	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
PAN MOGOLLA	GALLETA DUCALES	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETA DU CALES	PAN TAJADO
ALMUERZO						
AJIACO	SOPA DE FRIJOLES	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE LENTEJAS	CONSOME DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SANCOCHO DE CARNE
	HUEVO REVUELTO	CERDO GUISADO	CARNE GOULASH	PECHUFA GUISADA	ARROZ CON CERDO EN CUADRITOS Y VERDURAS	ESPAGUETTI CON CARNE MOLIDA
ARROZ BLANCO	ARROZ DE ESPINACA	ARROZ CON FIDEOOS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ DE ESPINACAS		
MONEDITAS DE PLATANO	YUCA COCIDA	PAPA CHORREADA	TAJADA DE PLATANO VERDE	PAPA AL CILANTRO	PAPA CRIOLLA	GALLETAS SALTIN
AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIF	
AGUA DE PANELA	JUGO DEGUAYABA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
JUGO DE MORA	COLADA DE MAICENA	GELATINA	ENSALADA DE FRUTAS, PAPAYA,MELON,PIÑA,PATILLA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	JUGO DE MANGO
TORTA	PAN DE QUESO	GALLETA WAFER		PAN BLANCO	GALLETAS DUCAES	PAN CROISANT
COMIDA / CENA						
CARNE MOLIDA CON VERDURAS	POLLO DESMECHADO	HUEVO REVUELTO CON ESPINACA	BOFE	CERDO ASADO	ENSALADA DE ATUN CON PAPA	CARNE ASADA
PASTAS EN SALSA CRIOLLA	ARROZ DE BLANCO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ DE AJI	ARROZ DE AJO	ARROZ ENCEBOLLADO	ARROZ DE ZANAHORIA
	PAPA CRIOLLA	PLATANO MADURO COCIDO	PURE DE PAPA	PALITOS DE YUCA		PAPA AL PEREJIL
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR,PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA		ENSALADA FRESCA OPCIONAL
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBELMARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER
Hogar Geriatrico

SEMANA No. 4

LUNES 17 DE ABRIL	MARTES 18 DE ABRIL	MIERCOLES 19 DE ABRIL	JUEVES 20 DE ABRIL	VIERNES 21 DE ABRIL	SABADO 22 DE ABRIL	DOMINGO 23 DE ABRIL
DESAYUNO						
COLADA DE MAICENA	COLADA DE CEBADA	COLADA DE AVENA	COLADA DE BANANO	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA
QUESO CAMPESINO	HUEVO COCIDO	QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO CAMPESINO		HUEVO FRITO
PURE DE YUCA COCIDA	PLATANO MADURO COCIDO	PAPA COCIDA	PAN MOGOYA	PURE DE PAPA COCIDA	EMPANADAS	PAN BLANCO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	GELATINA	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
PAN CROISSANT	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETAS DUCALES		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PASTA	HUEVO FRITO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CARNE DE RES MAGRA GUISADA	MOTE DE QUESO
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO	ARROZ BLANCO	FILETE DE CORBINA GUIDADA O ATUN	PECHUGA DE POLLO GUISADA	ARROZ DE ZANAHORIA	ARROZ BLANCO
ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	LENTEJAS GUISADAS	PASTA TIPO ESPAGUETIS	ARROZ BLANCO	FRIJOL ROJO GUISADO	PORCION DE AGUACATE
PAPA COMUN GUISADA	PLATANO MADURO COCIDO	PLATANO MADURO COCIDO	PALITOS DE YUCA FRITOS	PAPA CRIOYA AL VAPOR	PAPA COMUN COCIDA	AGUA DE PANELA
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE AHUYAMA	
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE MORA	
CENA						
COLADA DE MAICENA	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GELATINA	TORTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GALLETAS WAFER
GALLETAS DUCALES			JUGO DE MORA	PAN DE QUESO		JUGO DE MANGO
COMIDA / CENA						
CARNE DE RES MAGRA A LA PLANCHA	CARNE MOLIDA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO	HIGADO DE RES GUISADO	PECHUGA DE POLLO GUISADA	CARNE DE RES MAGRA GUISADA
ARROZ BLANCO	PASTA TIPO ESPAGUETIS	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ DE ZANAHORIA
LENTEJAS GUISADAS	PALITOS DE YUCA FRITOS	PAPA COMUN GUISADA	PLATANO MADURO COCIDO	YUCA COCIDA	PAPA CRIOYA AL VAPOR	
PLATANO MADURO COCIDO (OPCIONAL)	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR.PEPINO	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	PAPA COMUN COCIDA
ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO	JUGO DE GUAYABA	TOMATE EN CUADROS
JUGO DE MORA						JUGO DE TOMATE DE ARBOL

KEYLA VERBELMARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER
Hogar Geriatrico

SEMANA 5						
LUNES 24 DE ABRIL	MARTES 25 DE ABRIL	MIERCOLES 26 DE ABRIL	JUEVES 27 DE ABRIL	VIERNES 28 DE ABRIL	SABADO 29 DE ABRIL	DOMINGO 30 DE ABRIL
DESAYUNO						
MAZAMORRA DE MAIZ	AVENA EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CREMA DE ARROZ CON LECHE	COLADA DE MAICENA	COLADA DE AVENA CON LECHE
HUEVO COCIDO	QUESO CAMPESINO	QUESO COSTEÑO EN	PAN BLANCO, HUEVO COCIDO	YUCA/PAPA COCIDA	EMPANADAS	SADUCHE CON QUESO
PAN BLANCO	AREPA DULCE	BOLLO LIMPIO		HUEVO REVUELTO		
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
COLADA DE MAICENA	JUGO DE MORA	JUGO DE MANGO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	CREMA DE ARROZ CON LECHE	GELATINA	JUGO DE GUAYABA
GALLETA DE SODA	PAN BLANCO	GALLETAS DUCALES	PAN CROISANT	GALLETAS DE SODA		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	MOTE DE QUESO	PALOMITOS GUISADOS	SOPA DE LENTEJAS	CONSOME DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SANCOCHO DE CARNE
CARNE EN BISTEC	ARROZ BLANCO	PECHUGA ASADA	HUEVO FRITO	PECHUFA GUISADA	ARROZ CON CERDO EN CUADRITOS Y VERDURAS	ESPAGUETTI CON CARNE MOLIDA
ARROZ BLANCO	PORCION DE AGUACATE	ARROZ BLANCO	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ DE ESPINACAS		
LENTEJAS	AGUA PANELA	PAPA CRIOLLA	TAJADA DE PLATANO VERDE	PAPA AL CILANTRO	PAN TAJADO	GALLETAS SALTIN
VEGETALES SALTEADOS,ZANAHORIA,BROCOLI,PIMENTON		ENSALADA DE ZANAHORIA,PEPINO,TOMATE	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA	ENSALDA DE LECHUGA,PEPINO,TOMATE,CEBOLLA		
JUGO DE GUAYABA		JUGO DE MARACUYA	JUGO DE MORA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE COROZO
REFRIGERIO DE LA TARDE						
PAPAYA EN TROZOS	JUGO DE MANGO	GELATINA EN CUADRITOS	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)	GELATINA	PAN DE QUESO	PAN MOGOLLA
	GALLETA WAFER				JUGO DE MORA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
COMIDA / CENA						
HIGADO DE RES GUISADO	PECHUGA DE POLLO GUISADA	CERDO EN CUADRITOS	ATUN	CERDO ASADO	ENSALADA DE ATUN CON PAPA	CARNE ASADA
ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO		ARROZ DE AJI	ARROZ DE AJO	ARROZ ENCEBOLLADO	ARROZ DE ZANAHORIA
TAJADA AMARILLA	LENTEJAS	PAPA CRIOLLA	PURE DE PAPA	PALITOS DE YUCA		FRIJOL
ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA	VEGETALES SALTEADOS,ZANAHORIA,BROCOLI,PIMENTON	ARROZ DE FIDEOS	ENSALDA DE LECHUGA,TOMATE,PEPINO	VEGETALES SALTEADOS,ZANAHORIA,BROCOLI,PIMENTON		ENSALADA DE PEPINO,TOMATE Y CEBOLLA
JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	ENSALADA DE REMOLACHA,ZANAHORIA	JUGO DE COROZO	JUGO DE MORA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE GUAYABA
		JUGO DE MORA				

Nutricionista Dietista
T.P. MND 06683

Atentamente,

DIANA RUIZ CAMPILLO
Gerente