SECRETARIA DISTRITAL DE GESTIÓN SOCIAL

VIGENCIA AÑO 2023

INFORME DE GESTION
ABRIL
ASILO HOGAR GRANJA SAN JOSE

1. Introducción

El informe de gestión y resultados tiene como objetivo presentar los logros alcanzados por la Institución en la vigencia del mes de abril del año 2023, en desarrollo de su gestión; resultados orientados al cumplimiento del cronograma y metas establecidas en el PAI. El informe se estructura a partir de valoraciones iniciales, valoraciones finales desde los componentes, actividades que generan mayor impacto y que aportan al envejecimiento saludable y con calidad de vida en las personas mayores beneficiarias, Plan de atención personalizada (PAM), entre otros.

2. Beneficiarios

Durante este mes se atendieron a 45 personas mayores, todas masculinas.

2.1. Caracterización

En la institución, se encuentran personas mayores beneficiarias:

- 45 personas mayores, masculinas, equivalente a un 100% de la población. Entre las edades de 65 años hasta los 97 años.
- En condición de vulnerabilidad, se registra:
    - ✔ En condición de discapacidad, 13 personas mayores, equivalente a un 29%.
        - ➢ Discapacidad física 3, con equivalencia a 23 %.
        - ➢ Discapacidad psicosocial 1, equivalencia 8%
        - ➢ Discapacidad sensorial 2, equivalencia a 15%
        - ➢ Discapacidad cognitiva 4, equivalencia a 31%.
        - ➢ Discapacidad múltiple 3, equivalencia a 23%.
    - ✔ En condición de Sisbén, verificado en la página: 42 personas mayores, equivalente a 93%.
    - ✔ En condición de cabeza de hogar, verificado en la página Adres: 42 personas mayores, equivalente a 93%.
- En reconocimiento de etnias, se encontró:
    - ✔ 12 personas mayores se reconocen como afrodescendientes, equivalente a 27%.

- ✔ 28 personas mayores se reconocieron como Raizal, equivalente a 62%.
- ✔ 5 personas mayores, no se reconocieron en ninguna etnia, equivalente a 11%.

- En localidad, suroriente, se encuentra a toda la población de personas mayores residenciadas, equivalente a 100%.

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA					
VARIABLES		**HOMBRE**	**MUJER**	**LGTBIQ+**	**TOTAL**
Género	Número De Beneficiarios	45	-	-	**45**
Condición de vulnerabilidad	En condición de Discapacidad	13	-	-	**13**
	Sisbén	42	-	-	**42**
	Red Unidos	0	-	-	**0**
	Cabeza De Hogar	42	-	-	**42**
	Víctimas De Violencia De Género	0	-	-	**0**
	Desplazados	0	-	-	**0**
	Inmigrantes	0	-	-	**0**
	Retornados de Venezuela	0	-	-	**0**
Etnia	Afrodescendientes	12	-	-	**12**
	Palenque	0	-	-	**0**
	Mujer Rural	-	-	-	**-**
	Campesino/a	-	-	-	**-**
	Rom	-	-	-	**-**
	Indígena	-	-	-	**-**
	Raizal	28	-	-	**28**
Localidad	Riomar	-	-	-	**-**
	Metropolitana	-	-	-	**-**
	Suroccidente	-	-	-	**-**
	Suroriente	45	-	-	**45**
	Norte Centro Histórico	-	-	-	**-**

Tabla No. 1 Caracterización de las Personas Mayores residenciadas

3. Ejecución de actividades

3.1. Salud

Medicina

En las personas mayores, en especial los muy debilitados, la anamnesis y el examen físico se realizó en diferentes momentos, donde el examen requirió 2 consultas, porque

ellos se cansaron rápido. La prevención de la enfermedad es el tratamiento destinado a prevenir la aparición o el agravamiento de una enfermedad. Las personas mayores independientes con enfermedad crónica mínima o nula, así como las personas mayores con varias enfermedades incurables pero tratables, se benefician con las medidas de prevención de las enfermedades. Se realizó esta actividad de forma diferente de la evaluación médica convencional.

Enfermería

- **Actividades y cuidados de enfermería**

Es importante proporcionar una atención individualizada de calidad a las personas mayores que asisten. Dentro de esta atención se valoró las necesidades de atención y se priorizo entre ellas, fomentar la autonomía del residente en la medida de sus posibilidades, por lo tanto la persona mayor recibió cuidados de enfermería para manejo de las limitaciones propias de la edad en busca de brindar calidad de vida en la que se cuiden sus necesidades fundamentales y prevenir el aumento o aparición de nuevas enfermedades a través de acciones como la administración correcta de medicamentos, control de signos vitales y acompañamiento a controles médicos.

Los signos vitales se tomaron diariamente, midiendo primeramente la tensión arterial, continuando con saturación de oxígeno, frecuencia cardiaca, temperatura, las glucometrías se tomaron semanalmente a aquellos residentes que son diabéticos controlados con medicación y dieta, en caso de las personas mayores insulinodependientes se midió diariamente, la administración de medicamentos se realizó en distintos momentos según las indicaciones médicas y la necesidad propia de cada persona mayor, las curaciones se realizaron diariamente si no se usa tecnología, en caso de curaciones con tecnología se realizaron según la necesidad y orden médica, la mayoría de estas curaciones las realizó el plan domiciliario de curaciones de las EPS, la asistencia en aseo personal es una actividad que se realizó en el momento en el que el residente lo requirió y todas las veces que fue necesario para cuidar su salud.

ACTIVIDADES Y CUIDADOS DE ENFERMERÍA	MES ACTUAL
Control de signos vitales	45
Toma de Glucometría	6
Administración de medicamentos	45
Curaciones	3
Asistencia de aseo personal	16
Total, actividades y cuidados de enfermería	**115**

Tabla No. 2 Actividades y cuidados de enfermería

3.2. Nutrición

La nutrición y la alimentación son dos actividades propias de los seres vivos, en las personas mayores la alimentación depende de los cambios que experimente el cuerpo y las adaptaciones realizadas en el plan alimentario, según las patologías que padece. La nutrición es el resultado de la interacción entre el funcionamiento del cuerpo y los alimentos que son aprovechados biológicamente por este. En el componente nutricional son realizadas acciones de promoción y prevención con la finalidad de mantener personas mayores activas e independientes con calidad de vida.

- **Valoración Nutricional Inicial**

En este mes, se realizaron 7 valoraciones nutricionales a los cuales se les realizó antropometría y la encuesta MNA. El resultado fue de 3 personas mayores con peso insuficiente, 2 están normales y 2 obesos; se escogió este grupo de residentes para reforzar los planes alimentarios y capacitarlos en pautas nutricionales. Buscando mejorar su ingesta alimentaria y regresar a la normalidad nutricional. En algunos casos o mantenerse nutricionalmente en otros.

- **Seguimiento ciclos de minutas**

El seguimiento a los ciclos de minutas, en la Institución se realizó teniendo en cuenta la percepción de las personas mayores residenciadas al momento de la aplicación encuesta de satisfacción alimentaria. A su vez se tuvieron en cuenta los gustos, hábitos, disponibilidad de alimentos de la región, (ñame, yuca y plátano) temporada de cosechas (patilla, melón), además de las patologías de base y lineamientos generales, que determinaron las preparaciones con menor o mayor grado de

aceptación. Buscando ante todo tener una alimentación balanceada que cumpla con las necesidades calóricas y de nutrientes de la población mayor.

- **Aprovechamiento de las raciones alimentarias**

El aprovechamiento biológico está dado por la capacidad que tiene el organismo de transformar los nutrientes contenido en los alimentos; en este mes las raciones servidas fueron de 6750 y las consumidas 6750 por lo cual el porcentaje de aprovechamiento alcanzado fue del 100 %.

3.3. Psicología

Desde el componente de psicología en el mes se logró que cada una de las personas mayores, reflexionara lo importante que es la estimulación cognitiva, conocieron herramientas para la gestión del duelo, estado de ánimo y emociones.

- **Valoración Inicial**

Se realizó durante el mes una valoración inicial de una persona mayor que ingresó, esta valoración permitió tener una impresión general del estado de salud mental, cognitiva y psicosocial del residente, de esta forma se estableció un plan de atención individualizada, cognición y conducta. A continuación, se describe el protocolo de atención inicial por parte del área de psicología:



Esquema 1 Valoración inicial Psicología

En la valoración del nuevo residente, se obtuvo en la prueba Mini Mental un puntaje de 23 puntos, lo que da un concepto de deterioro cognitivo leve a moderado.

Puntuación	Concepto	Hombres
24 - 10	Deterioro cognitivo leve a moderado	1
	Total	**1**

Tabla No. 3 Resultado de valoración prueba de Mini mental

En la escala de Yesavage. La persona mayor obtuvo un puntaje de 2 puntos, para un concepto normal. (Sin depresión)

Puntuación	Concepto	Hombres
0 - 5	Normal	1
	Total	**1**

Tabla No. 4 Resultados de valoración Escala de Yesavage

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

Las actividades grupales de promoción de la salud mental del presente mes busco desarrollar ejercicios orales de memoria episódica, ya que esta se relaciona con sucesos autobiográficos, es decir, el recuerdo de un momento determinado, de un lugar y la emoción asociada al mismo, aquella que viene a la mente en primer lugar al hablar de memoria.

- **Contaré explícitamente mis recuerdos**

Se inicia la actividad con preguntas acerca de lo que recordaban las personas mayores de su vida, a lo cual respondieron según sus propias impresiones. Se retomó el ejercicio de las preguntas: (Recuerdos no demasiado lejanos), ¿qué comieron en el desayuno, el viernes de la semana pasada? ¿por qué eligieron esa ropa para vestirse el sábado? etc. se pasó a hacer preguntas de su vida cómo ¿cuál momento de su vida nunca se les ha olvidado? ¿recuerdan su primer amor? ¿qué pasó con ella? luego algunos residentes al frente identificaron fotografías antiguas de la ciudad y otras costumbres. Se finalizó con la narración de una historia, de la vida de algunos de ellos.

Las personas mayores tuvieron un aprendizaje significativo ya que lo tratado permitió que hubiera una conexión emocional con momentos importantes de su vida, lo que permitió la estimulación de la memoria episódica.

3.4. Salud Física

El ejercicio físico, practicado de manera apropiada, es la mejor herramienta disponible hoy día, para retrasar y prevenir las consecuencias del envejecimiento, así como para fomentar la salud y el bienestar de la persona.

- **Valoración inicial de Terapia ocupacional**

La evaluación del estado funcional es necesario en virtud de que no puede estimarse a partir de los diagnósticos médicos en una persona mayor y que deterioro la capacidad funcional. Constituye un factor de riesgo para numerosos eventos como las caídas y la eventual hospitalización.

Se realizó valoración inicial, a 1 persona mayor que presento una dependencia moderada, para una equivalencia de 2% del total de los residentes.

Resultados índices de Barthel	Clasificación	Hombres
61 – 90	Dependencia moderada	1
	Total	**1**

Tabla No. 5 Resultados de valoración escala de Barthel

- **Rutinas grupales de acondicionamiento físico**

El ejercicio físico ayuda a mantener el adecuado bienestar del cuerpo y óptimo funcionamiento del organismo. De manera directa y específica, el ejercicio físico mantiene y mejora la función muscular esquelética, osteoarticular, cardiocirculatoria, respiratoria, entre otras.

Durante este mes se desarrolló:

- ✓ **Fortalecimiento de los músculos posteriores del brazo por medio de extensión del tríceps**

Sentada la persona mayor, en una silla sin brazos, con los pies separados y apoyados en el suelo, cada uno cogió una pesa con la mano derecha, la cual estaba con la palma hacia dentro, levantó el brazo de ese lado hasta arriba del hombro. Este brazo fue ayudado con la mano izquierda, que lo tomó por debajo del codo, lo subió lentamente por encima del hombro sin flexionar el codo. El peso descansó sobre el hombro. Esta actividad se repitió cuatro veces con cada brazo. Con el apoyo de: sillas sin brazos, pesas de mano, logística se realizó la actividad.

Durante la rutina grupal de acondicionamiento físico, se logró fortalecer los músculos de la parte superior de los brazos de las personas mayores.

- ✓ **Fortalecimiento de los músculos de la parte posterior del muslo flexionando las rodillas**

Cada persona mayor, se colocó ante el espaldar de una silla, se agarró y mantuvo el equilibrio. Comenzó a subir lentamente la pierna derecha, hacia atrás y llegó a lo más alto que pudo. No debió mover la parte superior de la pierna, solamente dobló la rodilla. Para finalizar comenzó a bajar lentamente la pierna, hasta que llegó a la posición inicial.

Después de respirar por 1 minuto; repitió el ejercicio 8 veces y cambió de pierna con la misma rutina. Actividad realizada con sillas sin brazos como ayuda logística el desarrollo de esta rutina logró que las personas mayores fortalecieran los músculos de la parte posterior del muslo.

- ✓ **Fortalecimiento de los músculos de los tobillos y pantorrillas con flexión plantar**

La persona mayor, de pie, delante del respaldo de una silla, se agarró con las manos, elevó lentamente los talones hasta que quedó de puntillas, mantuvo esta posición lo más alto posible, durante tres segundos. Bajó lentamente los talones, hasta que llegó

nuevamente en el suelo.

Después de que respiró por 1 minuto; repitió el ejercicio 8 veces. Esta rutina grupal de acondicionamiento físico logró que las personas mayores fortalecieran los músculos de los tobillos y pantorrillas.

- **Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad**

Estas actividades ayudaron a facilitar, restaurar y mantener la capacidad funcional de las personas mayores en sus roles de vida. Durante el mes se desarrollaron las siguientes actividades:

- **Promoción de la habilidad y capacidad de observación y motricidad, a través de la rompecabeza**

Sentadas las personas mayores, en una silla cómoda, con posición adecuada, se le hizo entrega de tableros, el cual ubicó en sus piernas que utilizó de apoyo, seguido a esto se suministró fichas con imágenes que encajando cada pieza formó una imagen. Esta actividad requirió apoyo constante para recordar la imagen que debían armar. El desarrollo de esta actividad permitió que las personas mayores, formando la imagen de cada uno de los tableros, obtuvo satisfacción.

- **Ejercicios para mantener reflejos, por medio de Ula ula al aire**

Ubicadas en un sillón cómodo las personas mayores, con espalda alineada al espaldar, piernas apoyadas en el suelo, al corregir postura sedente, se les entrego ula ula, el cual agarraron a mano llena de manera horizontal, seguido a esto se realizó ejercicios y movimientos arriba, abajo, liderados por terapeuta. Con esta actividad se logró mantener reflejos, en la medida que las personas mayores levantaron el ula ula de acuerdo con los ejercicios y movimientos explicados.

- **Promoción de la destreza manual mediante técnica: El rodillo**

Las personas mayores se colocaron frente a una mesa, se les entregó arcilla con recipiente que contenía agua, donde cada uno logró moldear y dar forma de rodillo. En esta actividad se observó dificultad para moldear y dar forma.

Con el apoyo de: mesa, silla, arcilla y recipiente con agua.
Se logró que la persona mayor aumente la destreza manual favoreciendo las actividades de la vida diaria como lo es en el vestir.

- **Aumento de la actividad productiva mediante la jardinería.**

Se inició el proyecto de jardinería con las personas mayores, en el área que se encuentra frente al Pabellón de Madre Marcelina. Se buscó que el cuidado de las plantas de Tu y Yo rojo, que ellos sembraron, embellecieran un espacio del Parque de San José, que se encuentra en zona verde de la institución, realizando cuidado de plantas, que se encuentran a sus alrededores, se le suministró material como escoba, agua, bolsa para limpiar y conservar la naturaleza de la institución.

Durante la actividad productiva, se logró que la persona mayor se motivara al cuidado de las plantas de Tu y Yo rojo; de las iguanas, la atención diaria en riego. A pasar de las altas temperaturas, estas plantas siguen en pie y no se han marchitado.

- **Pausas activas**

Las pausas activas son sesiones de actividad física desarrolladas en el entorno en el que nos desenvolvemos, con una duración continua de 10 minutos que incluye adaptación física cardiovascular, fortalecimiento muscular y mejoramiento de la flexibilidad buscando reducir el riesgo cardiovascular y las lesiones musculares por sobreuso asociados al desempeño diario.

Durante este mes se realizaron 30 pausas activas, donde se trabajó ejercicios de las articulaciones de codo, mano, cintura, pie. Con el objetivo de prevenir lesiones y mejorar la flexibilidad.

3.5. Trabajo Social

Las actividades llevadas a cabo desde el Centro de Bienestar, por el área de trabajo social, permite conocer procesos y metodologías con las cuales desarrolla su

intervención, en lo relacionado a trámites ante EPS, acompañamiento de ingreso, visita domiciliaria para ingresos, actividades enfocadas a la recreación, jornada interdisciplinaria, capacitación al personal de trabajo, actividades recreativas internas y externas, subsidios y demás necesidades presentadas en las personas Mayores.

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

En la institución se garantiza el seguimiento continuo a las necesidades que presenta la persona mayor durante su estancia, razón por la cual, en el componente de trabajo social se realiza la gestión y seguimiento documental a quienes mensualmente lo requieren.

Durante el mes se realizó los siguientes trámites:

- ✔ Autorizaciones para atenciones domiciliarias
- ✔ Control de neumología, neurología, psiquiatría, cirugía general, gastroenterología
- ✔ Sesiones de terapia física domiciliaria
- ✔ Examen diagnóstico: tomografía,
- ✔ Exámenes de laboratorio
- ✔ Solicitud de historia clínica de 2 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 4%.
- ✔ Radicación de poder para cobro de subsidio Distrital de 1 persona mayor.
- ✔ Reclamación de medicamentos a 26 personas mayores residenciadas, para una equivalencia de un 58%.

- **Documentación de beneficiarios**

En la Institución las personas mayores, tienen sus documentos completos:

- Documento de identidad
- Verificación del ADRES
- Certificación de la EPS
- Verificación del SISBEN
- Certificación de estado de la cédula en línea
- Carnet de vacunación

- Consulta de antecedentes judiciales
- Certificación en el portal SISPRO de vacunación COVID – 19,

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

Las actividades recreativas y de integración están encaminadas al refuerzo de los valores, autocuidado, autoestima, cuidado del medio ambiente, entre otros.

Esta área buscó, que las personas mayores, definieran vínculos afectivos hacia los animales, imitando el comportamiento de estos.

- **Manifestaciones afectivas presentadas a través de la imitación de animales**

Cada persona mayor participante después de recibir la explicación de la dinámica tomó una hoja de papel, la cual llevó una imagen de un animal. La que debió imitar en un momento de su hábitat. Los compañeros analizaron las expresiones presentadas en la imitación. Allí determinaron los vínculos referidos por cada uno de ellos.

Con ayuda de música, hojas de papel con imágenes de animales, sillas, espacios amplios para la imitación e imaginación.

Terminada la imitación se llevó a la socialización e identificación de afectos tanto de las personas mayores, como de la de los animales.

Las personas mayores estuvieron animadas, dispuestas a la participación, evocaron algunos animales que en un momento de su vida estuvieron con ellos. Se evidencio los sentimientos presentados, siendo muy grato tener ese recuerdo todavía de un momento en sus vidas.

- **Actividades recreativas internas y externas**

Las actividades de tipo recreativo buscan contribuir a una mejor calidad de vida de la persona mayor brindándole conocimiento del proceso de envejecimiento para

estimular y mantener sus capacidades.

La recreación motiva a la persona mayor a estar relajado y participativo, es por ello que se realizó las siguientes actividades:

✓ Sensibilización del cuidado del medio ambiente

En las instalaciones del Pabellón San José, se colocaron girasoles en varios lugares; las personas mayores debieron buscar estas flores, que presentaron en su interior, situaciones agradables y desagradables en el cuidado del medio ambiente. En el salón de color rojo se encontró pegado en la pared un árbol, donde cada persona mayor que encontró un girasol y leyó lo expuesto en su interior, determino si lo pegaba en el árbol por ser bueno, según su criterio o sencillamente lo arrojó a la caneca de la basura por ser dañino al medio ambiente. Después de estas indicaciones se inició la actividad; donde se utilizó, cartulina, marcadores, cinta pegante, música, sillas, refrigerio.

En el momento del refrigerio, las personas mayores expresaron lo agradable que se sintieron, al poder aportar algo significativo en el cuidado del medio ambiente, no tenían el conocimiento de actitudes que de una u otra forma podrían afectar al medio ambiente sin saberlo. En este espacio se comprometieron a aportar todo aquello que consideren necesario en este cuidado, ya que los seres vivos, necesitamos de ello.

✓ Información para identificar cómo se presenta la anemia en el organismo.

Se realiza charla abordando el tema de anemia, con un lenguaje claro y entendible y en el cual los residentes intervinieron preguntando sobre las dudas que tenían acerca del tema. Posteriormente, se explicó la metodología del juego del tingo tingo tango, en mesa redonda cada residente sentado en su silla, se pasaba una pelota a la voz del tingo tingo, y al escuchar tango se detenía y al residente se le realizaba una pregunta sobre lo mencionado en la charla.

El resultado de la actividad fue positivo, al percibir que la mayoría respondía de manera correcta la pregunta, y que se apoyaban entre compañeros si había alguna duda.

- **Reconocer la presencia del estreñimiento, mediante la elaboración de la escala de Bristol.**

Inicialmente se brinda información sobre el estreñimiento, con un lenguaje fácil y comprensible, se llevó en imagen la escala de Bristol para identificar los tipos de heces y aprender según su descripción. Se sentados en las sillas en frente de la mesa, se entrega cartulina especificando que tipo de heces debían realizar, utilizando platina de color marrón.

Cada residente participó mostrando interés, y haciendo interrogantes para despejar dudas.

Se evidenció al finalizar la actividad, que el tema había sido comprendido, y que hubo compañerismo al apoyar a los que tenían alguna discapacidad que impedía trabajar a algunos residentes.

- **Información brindada para diferenciar un hígado graso de uno normal y mejorar los hábitos en las personas mayores.**

Brevemente se explica sobre la patología de hígado graso, y se lleva en cartulina una imagen para que los residentes diferencien un hígado normal de uno patológico.

Finalizando la explicación del tema, en el cual la mayoría participó activamente haciendo preguntas y demostrando interés; a cada residente se le entrega en la mesa un dibujo para colorear un hígado graso y un hígado normal. Se utilizó para esta actividad sillas, mesas, imágenes impresas para colorear, lápices de colores,

Al final de la actividad, se evidenció que los residentes positivamente lograron el objetivo y colorearon los dibujos identificando cómo es un hígado normal y un hígado que ya tiene cambios en la patología.

- **Nivel de conocimiento de las personas mayores sobre higiene dental con el SI y el NO bucal**

Taller escrito, el cual se basó en la elaboración de una serie de preguntas a manera de test sobre prácticas de higiene bucal que contenían casillas con sólo dos posibles respuestas: afirmativa o negativa.

Fueron diseñadas con expresiones fáciles y sencillas de comprender.

A cada persona mayor se le entregó una fotocopia con el test y un lápiz para que individualmente lo respondiera o según fuese su limitación se permitió el apoyo de un compañero.

Con apoyo de: lápices, hojas, borrados, sillas, mesas y espacio locativo, se realizó la actividad.

El resultado obtenido en esta actividad fue muy diciente y positivo al revisar y verificar que las respuestas sobre higiene bucal fueron acertadas en el 90% de los participantes. Se evidenció gran compañerismo y solidaridad con los residentes que por alguna limitación ya sea visual o física se vieron impedidos a responder por escrito.

✓ Secuencia de la higiene dental mediante juego de la salud oral

Dinámica en la cual se diseñaron imágenes encasilladas sobre el paso a paso para realizar una buena higiene bucal.

Inicialmente se les reforzó el ejercicio y una vez explicado se procedió a solicitar que escribieran dentro de cada cuadro una sola palabra que encerrara el significado de la imagen.

Fueron 15 cuadros con sus imágenes y no se debió repetir la palabra.

Con el apoyo de fotocopia de imágenes, lápices y borrador, mesas, sillas y logística se llevó a cabo la actividad. Estuvieron muy concentrados y pensativos.

Se cumplió en un 80 % el propósito del taller ya que los asistentes lograron escribir diferentes palabras dentro de cada cuadro sin que se repitieran.

Fueron pocas las equivocaciones y lograron culminar con la colaboración y apoyo de sus compañeros.

✓ Búsqueda de figuras dentales repetidas en el dúo bucal

Juego desarrollado con fichas, las cuales contenían imágenes relacionadas con la higiene bucal, dispersas en las mesas con la parte visible hacia abajo, de manera que las personas mayores fueron destapando por turnos y de a par, hasta cuando se logró encontrar la figura homóloga o repetida. Así se continuó el juego hasta conseguir y encontrar todas las parejas dentales

Con el apoyo de fichas, mesas, sillas y espacio locativo, se cumplió la actividad.

Se evidenció al principio incertidumbre al no saber la posición de las figuras y poder equivocarse.

En la medida en la que transcurrió el juego se observó que fueron descubriendo acertadamente las parejas de las figuras dentales.

Todos participaron y lograron culminar con éxito.

✓ Importancia de la alimentación dentro del estilo de vida saludable

La actividad fue desarrollada utilizando la metodología del mapa del tesoro.

Las personas mayores recibieron como material un mapa del tesoro, instrucciones para el hallazgo de las pistas e incentivos con los alimentos que favorecen un estilo de vida saludable.

Al finalizar la actividad los residentes lograron identificar los alimentos qué favorecen un estilo de vida saludable así mismo realizaron ejercicios de estimulación cognitiva y físicas.

✓ El trabajo y la estimulación de memoria sensorial

Se inicia la actividad saludando, preguntando si conocían el tipo de memoria que se iba a trabajar, luego se habló de la importancia de estimularla. Posteriormente, se realizaron ejercicios de memoria sensorial y visual con identificación de figuras, cantidades y comparaciones. Se entregó por mesas, mini cartillas que desarrollaron con la indicación de apoyar a quienes tuvieron mayor grado de dificultad para su realización. Se finalizó vinculando las actividades con la vida cotidiana. (Ejemplos de sentido común).

Con el apoyo de: sillas, mesas, mini cartillas, lápices de colores, logística se realizó la actividad.

Fue un espacio significativo ya que se logró tener una cohesión del grupo al desarrollar los ejercicios de manera acompañada, se pudo identificar el apoyo de las personas mayores con funciones cognitivas normales para con aquellos que presentan quejas cognitivas.

✓ Estirar los músculos del carpio uniendo las manos

Cada persona mayor, se sentó en una silla, colocó las manos juntas, donde presiona una palma de la mano contra la otra, con los codos abajo "posición de oración", fue elevando los codos hacia fuera, hasta que los antebrazos queden paralelos al suelo. Cada uno mantuvo las manos juntas por 10 segundos.

Después de que respiró por 1 minuto; repitió el ejercicio 5 veces.

Con el apoyo de: sillas y logística se realizó la actividad.

Durante la actividad recreativa interna y externa logró que las personas mayores estiraran los músculos del carpio.

✓ Importancia del envejecimiento activo

Se reunieron a las personas mayores en un espacio amplio, con música de su interés, se posicionó de pie y al ritmo de la música realizó movimientos fluidos, que le permitió mantenerse activo y dinámico.

Con apoyo de: parlante musical.

Durante la actividad recreativa, se logró mantener a la persona mayor activa, interesada, motivada y con adecuada fluidez corporal

- **Implementación del Plan de Atencion Personalizada (PAP)**

Se basó fundamentalmente en los aspectos tenidos en cuenta en la atención a la Persona mayor, en las valoraciones: atención y necesidad de cuidados, clínica preventiva, nutricional, física, funcionalidad, mental, social.

VALORACIÓN	REGISTRO
Atención y necesidad de cuidados	**Enfermería** ✓ 100 % de personas mayores a las que se les ha realizado el PAP. ✓ 6 personas mayores a las que se le hacen Glucometrías diarias ✓ 100% personas mayores a las que se le suministra medicamentos diariamente ✓ 3 personas mayores a las que se les realizó curaciones. ✓ 16 personas mayores que se les asistió en cuidado personal

VALORACIÓN	REGISTRO
	✓ 5 personas mayores se les asistió en alimentación: de las cuales 2 son por sonda de gastrostomía ✓ 9 personas mayores se asistieron en la movilización ✓ 19 personas mayores, asistieron a citas médicas
Clínica preventiva	**Medicina** ✓ 42% personas mayores con seguimiento y controles ante su EPS ✓ 2% de personas mayores a las que se les ha realizado vacunación ✓ 64% de personas mayores a las que se les ha identificado como tipología sana. ✓ 35% de personas mayores a las que se les ha identificado como tipología frágil. ✓ 6 % de personas mayores a las que se les ha realizado valoración auditiva ✓ 71 %, Polimedicación y adecuación de prescripción (Manejo institucional). Atencion de procesos agudos intercurrentes
	Odontología ✓ 10 personas mayores atendidas, equivalen al 22% en el mes. ✓ 5 personas mayores atendidas por control bucal ✓ 6 personas mayores atendidas por terapia oral ✓ 3 personas mayores atendidas en educación en salud oral ✓ 2 personas mayores atendidas en tratamientos periodontales ✓ 1 persona mayor atendidas en tratamiento operatoria ✓ 3 personas mayores atendidas mantenimiento de prótesis dentales
Nutricional	**Nutricionista Dietista** ✓ A 7 personas mayores se les realizó PAP equivalente a un 15% de la población residenciada, de estas 3 están ubicadas en un diagnóstico de peso insuficiente, 2 en obesidad y 2 en normalidad. ✓ Se realizó restricciones calóricas a 2 personas mayores porque presentaron obesidad en grado 1 ✓ Se brindó un plan alimentario hiperproteico a 5 residentes porque presentaron disminución en la ingesta proteica diaria ✓ Recibieron un plan alimentario hiperproteico a 2 residentes porque tienen enfermedad renal crónica con el fin de mantener su función estable. ✓ Se realizó educación nutricional a través de actividades lúdicas recreativa a 6 personas mayores con la siguiente finalidad:

VALORACIÓN	REGISTRO
	1. A las personas mayores con insuficiencia renal crónica (2) se les indicó las raciones recomendadas de proteína animal y vegetal. 2. A las dos personas mayores con obesidad 1 se les mostró variedad de alimentos que debían primar en el consumo diario para disminuir perímetro abdominal y tejido graso. 3. A dos de los beneficiarios se les explicó la importancia del consumo proteico y los beneficios para su sistema inmunológico y mantenimiento de la masa muscular. ✔ Recibieron una alimentación variada y ajustada a las necesidades con el fin de mantener el estado nutricional normal, en el caso de los de peso insuficiente se aumentó la ingesta de proteínas o calorías además de incluirlos en el grupo de personas mayores que recibieron un suplemento nutricional y los obesos se les restringe el aporte calórico proveniente de los carbohidratos para favorecer la reducción de tejido graso. ✔ A 16 residentes se les suministró suplemento alimentario por presentar algún grado de desnutrición. ✔ Consumieron alimentos ricos en fibra para estimular la función intestinal 7 personas mayores ✔ Se ofreció una un plan alimentario hiposódico a 1 persona mayor al que se le realizó restricciones en azúcares simples porque tiene diagnóstico de prediabetes. ✔ A 7 personas mayores se les ofreció una alimentación con ajustes hiposódica -hipoglucida-hipograsa porque se requieren en el control de sus patologías.
Física	**Fisioterapeuta** ✔ 58 % de personas mayores a las que se les ha realizado el PAP ✔ 42 % de las personas mayores cuentan con ayuda para la movilidad ✔ 44 % de las personas mayores a las que se les ha realizado acondicionamiento físico. ✔ 4 % de las personas mayores se les ha realizado fortalecimiento del miembro amputado ✔ 4 % de las personas mayores se les ha realizado ejercicios isométricos de la musculatura flexora ✔ 4 % de las personas mayores se les ha realizado ejercicios pasivos y repetitivos
Funcionalidad	**Terapia ocupacional** ✔ 1 persona mayor atendida por manejo en la actividad de la vida diaria, caminata con obstáculos y corrección de postura ✔ 1 persona mayor atendida por indicaciones de

VALORACIÓN	REGISTRO
	ayuda técnica, cuidado de plantas y gimnasia cerebral ✔ 1 persona mayor atendida por ejercicios de estiramiento, caminata y manejo de la higiene ✔ 1 persona mayor atendida por ejercicios de estiramiento, caminata y manejo de la higiene ✔ 1 persona mayor atendida por ejercicios de relajación, crucigrama y rutina de aseo personal ✔ 2 personas mayores atendida por rumba terapia y supervisión de integración ✔ 2 personas mayores atendida por organización de envejecimiento saludable y reconocimiento de texturas ✔ 1 persona mayor atendida por discriminación de prendas y tocar instrumento ✔ 1 persona mayor atendida por higiene de vaso y organización de prendas**.**
Mental	**Psicología** ✔ 11 personas mayores recibieron atención por seguimiento psicología. ✔ 4 personas mayores recibieron atención por acompañamiento psicosocial y procesos de sana convivencia. ✔ 5 personas mayores recibieron estimulación de la orientación temporal y espacial. ✔ 2 personas mayores recibieron estimulación de la orientación personal. ✔ 6 personas mayores recibieron estimulación de la memoria de trabajo. ✔ 2 personas mayores recibieron estimulación de la memoria de corto y largo plazo. ✔ 3 personas mayores recibieron estimulación de la atención. ✔ 5 personas mayores recibieron estimulación del razonamiento lógico. ✔ 2 personas mayores recibieron estimulación de la senso percepción. ✔ 1 personas mayor recibieron estimulación del lenguaje. ✔ 8 personas mayores se les brindó apoyo por gestión emocional. ✔ 6 personas mayores se les aplicó técnicas de relajación y respiración.
Social	**Trabajadora social** ✔ 14 personas mayores a quienes se les gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por psiquiatría. ✔ 10 personas mayores a quienes se les gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por el médico del programa de todo corazón.

VALORACIÓN	REGISTRO
	✓ 2 personas mayores a quienes se les gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por medicina general. ✓ 13 personas mayores a quienes se les autorizó órdenes. ✓ 12 personas mayores a quienes se les gestionó el pago del adulto mayor con super giro.

Tabla No. 6 Plan de atención personalizada

- **Actualización digital de las personas mayores (CD- Archivo digital y /o físico**

En la Institución se guardó la información del beneficiario desde el momento en el que ingresó. Las carpetas físicas se encuentran en diferentes espacios, allí se registra la información requerida. Además, en un software, Gerontológico, se ingresó diariamente y a necesidad la información de cada una de las personas mayores residenciadas.

- **Hospedaje en espacios humanizados**

Los espacios para las personas mayores residenciadas giraron hacia la humanización, es decir: habitaciones cómodas, confortables, con su batería sanitaria, buena ventilación e iluminación, mesas de noche, closet, abanicos, barreras arquitectónicas; dando seguridad en la deambulación por la institución. Ropa para cambio de cama, cambio diario en el vestir de las personas mayores, toallas e insumos necesarios para el uso personal. Se buscó ir más allá de la atención médica, donde se identifique las necesidades no solo del cuidado de la enfermedad sino de forma holística en todas las dimensiones del ser humano.

El talento humano responsable del cuidado debe centrar su quehacer como un compromiso ético, en valores y humanismo, con la población de las personas mayores con un proceso natural de envejecimiento y dada la vulnerabilidad física, social y psicológica, que incrementa sus complicaciones, llevando a que se requiera de un cuidado transdisciplinario efectivo.

Las zonas de estar, recreación, como lo es también las zonas verdes y el Parque de San José, han pasado por transformaciones buscando humanizar estos espacios. Siempre la opinión de los usuarios, personas mayores, denota lo que hay que mejorar.

4. Avance y resultados de ejecución

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
COMPONENTE SALUD				
Valoración inicial - Medicina -Odontología	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final – Medicina - Odontología)	Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Actividades y cuidados de enfermería	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios	Junio, julio, septiembre, octubre	4	0	No aplica para el periodo
COMPONENTE NUTRICIÓN				
Tamizaje inicial	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Tamizaje final	Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Valoración nutricional	Abril, mayo	100%	15%	Por cumplir
Aprovechamiento de las raciones alimentaria	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	90%	99%	En cumplimiento
Diseño de ciclo de minutas	Marzo	1	1	Finalizado
Seguimiento ciclos de minutas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	1	En cumplimiento
Taller nutricional	Junio, agosto, octubre, diciembre	4	0	No aplica para el periodo
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	Junio, julio, septiembre, octubre	4	0	No aplica para el periodo
PSICOLOGÍA				
Valoración inicial	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final	Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Proceso de adaptación a los beneficiarios	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	100%	0%	Por cumplir
Actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	1	En cumplimiento
SALUD FÍSICA				
Valoración inicial	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final	Diciembre	100%	0%	No aplica para el

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
				periodo
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	27	3	En cumplimiento
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre	27	3	En cumplimiento
Pausas activas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	270	30	En cumplimiento
Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	Julio, agosto, octubre, noviembre	4	0	No aplica para el periodo
DIRECCIÓN TÉCNICA – TRABAJO SOCIAL				
Acompañamiento del ingreso de la Persona Mayor al Centro de Bienestar	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Gestión documental y trámite ante EPS	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Visita domiciliaria de ingreso	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Documentos de beneficiarios	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	1	En cumplimiento
Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	Junio, julio, agosto, octubre, noviembre, diciembre	6	0	No aplica para el periodo
Actividades lúdico-pedagógicas de promoción y prevención dirigidas a la fragilidad	Julio, agosto, septiembre, octubre,	4	0	No aplica para el periodo
Capacitación al personal de trabajo	Mayo, junio, agosto, octubre, noviembre	5	0	No aplica para el periodo
	Abril, mayo, junio,	9	1	En cumplimiento

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Actividades recreativas internas y externas	julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre			
Implementación del plan de atención personalizada (PAP)	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	1	En cumplimiento
Actualización digital de las personas mayores (CD-Arch digital y/o físico)	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	1	En cumplimiento
Hospedaje en espacios humanizados	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	1	En cumplimiento

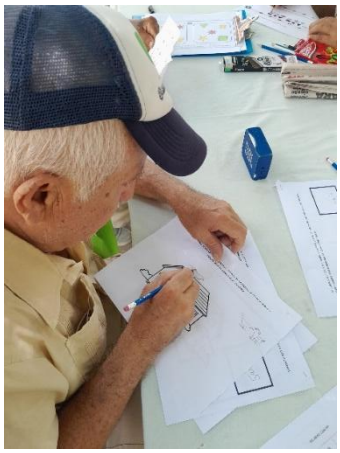
Tabla No. 7 Avance y resultado de ejecución

Cabe resaltar que el reciente ingreso durante este periodo corresponde a una Persona Mayor que ya era residente del Hogar San José como gestión del CDB, por lo cual no se realizaron las acciones de Acompañamiento del ingreso de la Persona Mayor al Centro de Bienestar y Visitas domiciliarias de ingreso.

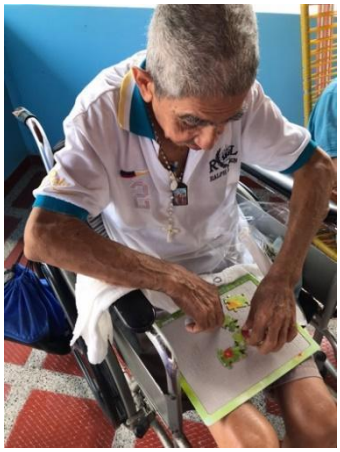
5. Anexos fotográficos

	**Actividades Recreativas internas y externas - Información para identificar cómo se presenta la anemia en el organismo.** Personas mayores participando de la dinámica Tingo Tango en el marco de la actividad de talleres de promoción de la salud. Del componente de medicina.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Reconocer la presencia del estreñimiento, mediante elaboración de la escala de Bristol.** Personas mayores, elaborando con plastilina los tipos de heces, en el marco de la actividad de talleres de promoción de la salud. Del componente de medicina.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Información brindada para diferenciar un hígado graso de uno normal y mejorar los hábitos en las personas mayores.** Residentes coloreando un hígado normal y un hígado graso, en el marco de las actividades recreativas internas y externas. Del componente de medicina.

	**Actividades Recreativas internas y externas - Nivel de conocimiento de las personas mayores sobre higiene dental con el SI y el NO bucal** Personas mayores, recibiendo las instrucciones y preparándose con los recursos materiales, en el marco de la actividad de talleres de promoción de la salud oral. Del componente de odontología.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Secuencia de la higiene dental mediante juego de la salud oral** Personas mayores, escribiendo en los cuadros la palabra correspondiente a cada imagen, en el marco de la actividad de talleres de promoción de la salud oral. Del componente de odontología.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Búsqueda de figuras dentales repetidas en el dúo bucal** Personas mayores, volteando las fichas para encontrar la pareja, en el marco del componente de odontología.

	**Actividades Recreativas internas y externas- Importancia de la alimentación dentro del estilo vida saludable** Personas mayores reunidas analizando el mapa que los llevó a encontrar el lugar donde fueron ubicadas las pistas para hallar el tesoro, en el marco del componente de nutrición.
	**Actividad lúdico – pedagógica dirigida a la promoción de la salud mental - Contaré explícitamente mis recuerdos** Personas mayores identificaron fotografías antiguas de la ciudad, en el marco del componente de psicología.
	**Actividades Recreativas internas y externas - El trabajo y la estimulación de memoria sensorial** Persona mayor con una hoja impresa identificó figuras de animales en una casa, las cuales contó, comparó y dibujó en otra hoja, en el marco del componente de psicología.

	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico- Fortalecer los músculos posteriores del brazo por medio de extensión del tríceps** Las personas mayores se encuentran sentadas en una silla sin brazos, levantando pesas, en el marco del componente de fisioterapia.
	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico - Fortalecer los músculos de la parte posterior del muslo flexionando las rodillas** Las personas mayores se encuentran de pie, agarradas del espaldar de una silla con la rodilla flexionada, en el marco del componente de fisioterapia.
	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico - Fortalecer los músculos de los tobillos y pantorrillas con flexión plantar** Personas mayores, de pie sostenidas en el espaldar de una silla. Con los talones elevados, en el marco del componente de fisioterapia.

	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico - Estirar los músculos del carpio uniendo las manos** Personas mayores, sentadas uniendo las manos, en el marco del componente de fisioterapia.
	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad - Promoción de la habilidad y capacidad de observación y motricidad, a través del rompecabeza** Persona mayor, busco ficha que encajo con otra, en el marco del componente de terapia ocupacional.
	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad - Manteniendo mis reflejos con Ula ula al aire** Personas mayores, en posición sedente sostienen ula ula realizando ejercicios guiados por la terapeuta, en el marco del componente de terapia ocupacional.

	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad - Promoción de la destreza manual mediante técnica: El rodillo** Persona mayor, sentada y con el apoyo de la mesa de trabajo, con agarre a mano llena, moldeo arcilla, en el marco del componente de terapia ocupacional.
	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad - Aumento de la actividad productiva mediante la jardinería** Persona mayor, inclinado realizo supervisión del estado de la planta, en el marco del componente de terapia ocupacional.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Importancia del envejecimiento activo** Persona mayor, en posición bípeda sostenida por terapeuta, realizando movimiento al ritmo de la música, en el marco del componente de terapia ocupacional.

	**Actividades enfocadas a la recreación fortalecimiento de vínculos afectivos Sensibilización del cuidado del medio ambiente:** Persona mayor, que se encontró recogiendo girasoles, en el marco del componente de Trabajo Social.
	**Actividades Recreativas internas y externas Manifestación afectiva presentada a través de la imitación de animales** Persona mayor que se encontró imitando el animal, presentado en una imagen en la hoja de papel. Un Pato, en el marco del componente de Trabajo Social.
	**Pausas activas – Manos** Personas mayores fortaleciendo los músculos que sostienen y protegen las articulaciones, en el marco del componente de fisioterapia.

Tabla No. 8 Anexos fotográficos