

PROGRAMA: ADULTO MAYOR

PROYECTO:

CENTRO DE BIENESTAR TUS ABUELOS BARRANQUILLA

INFORME GESTIÓN MES DE ABRIL

Vigencia: 2023

1. Introducción

En cumplimiento de lo establecido en el contrato vigente, se establece un primer informe de gestión con corte a 30 de abril 2023, que refleje el cumplimiento del cronograma de actividades de dicho periodo, acordado entre las partes en el plan de atención integral.

Por lo anterior, el presente documento describe el desarrollo de las acciones brindad as por el equipo multidisciplinar en la población mayor asignada; Siendo acompañados por el profesional en salud, quien tiene como objetivo principal atender las necesidades en salud física de la totalidad de los beneficiarios por medio de seguimientos médico y odontológico, promoviendo el autocuidado e implementado hábitos saludables en su estilo de vida, también cuidados a nivel nutricional, para brindar una adecuada alimentación en esta etapa de la vida, educando este grupo etario y manipulador de alimentos sobre la importancia de una buena ingesta nutritiva, igualmente por el profesional de psicología se evidencia intervenciones implementando el plan de atención personalizada favoreciendo así una sana convivencia dentro del Centro de Bienestar; Del mismo modo a través de fisioterapia y/o salud física son descritas las tareas ejecutadas, tales como pausas activas, rutinas grupales, valoraciones, entre otros; y por último el componente de trabajo social, quien desarrolla diferentes gestiones garantes de la documentación y fortalecimiento de vínculos afectivos entre las personas mayores.

Todo esto, con los debidos soportes, indicadores, novedades que pudieron presentarse, para a partir de ello, promover un envejecimiento activo y saludable desde diferentes disciplinas, teniendo como resultado la buena estancia y calidad de vida de cada beneficiario.

Debido a que los usuarios son la razón de ser de todo este informe, es preciso conocerlos para satisfacer sus necesidades y ofrecer servicio de calidad, por lo cual el Centro de Bienestar, trabaja mensualmente identificando el cambio continuo de cada uno de ellos.

Es significativo, estos procedimientos para en primera instancia analizar las demandas de las Personas Mayores residentes. A su vez, constituye un importante medio para evaluar los servicios y productos ofrecidos durante un periodo establecido.

2. Beneficiario

Desde el inicio del proyecto se han atendido 48 Personas Mayores, quienes fueron asistidos de forma multidisciplinar por diferentes profesionales en salud; dentro de la atención integral durante su estadía, se encuentra intrínseco la dotación personal (aseo, ropa, habitación, alimentación, entre otros), y el uso de los espacios confortables del Centro de Bienestar.

2.1 Caracterización

Caracterizar a los beneficiarios, consiste en identificar las particularidades especiales y distintivas que diferencian a cada una de las Personas Mayores, esto se realiza con el fin de crear integralidad en el cuidado de la salud y el bienestar de cada uno de ellos. La población de personas mayores, atendidas en el Centro de Bienestar, se encuentra compuesta por 48 residentes, clasificados por género, siendo 37 ***(77%***) personas de sexo masculino y 11 ***(23%)*** de sexo femenino, cabe resaltar que en el centro, no existe Persona Mayor de genero LGTBIQ+, estos se encuentran ubicados la localidad Norte Centro Histórico de la ciudad, lugar de

domicilio del Centro de Bienestar, siendo considerados de acuerdo a su condición de vulnerabilidad como cabeza de hogar (al momento del ingreso CDB) y en condición de discapacidad el ***87.5%*** correspondiente a 42 beneficiarios de 48 atendidos, sin pertenecer a ningún tipo de etnia.

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA					
VARIABLES		**HOMBRE**	**MUJER**	**LGTBIQ+**	**TOTAL**
Género	**Número De Beneficiarios**	37	11	0	**48**
Condición de vulnerabilidad	**En condición de Discapacidad**	32	10	0	**42**
	Sisbén	4	2	0	**6**
	Red Unidos	0	0	0	**0**
	Cabeza De Hogar	37	11	0	**48**
	Víctimas De Violencia De Género	0	0	0	**0**
	Desplazados	0	0	0	**0**
	Inmigrantes	0	0	0	**0**
	Retornados de Venezuela	0	0	0	**0**
Etnia	**Afrodescendientes**	0	0	0	**0**
	Palenque	0	0	0	**0**
	Mujer Rural	0	0	0	**0**
	Campesino/a	0	0	0	**0**
	Rom	0	0	0	**0**
	Indígena	0	0	0	**0**
	Raizal	0	0	0	**0**
Localidad	**Riomar**	0	0	0	**0**
	Metropolitana	0	0	0	**0**
	Suroccidente	0	0	0	**0**
	Suroriente	0	0	0	**0**
	Norte Centro Histórico	37	11	0	**48**

Tabla No.1 Caracterización de la población beneficiaria

3. Ejecución de actividades

3.1 Componente de salud:

- **Actividades y cuidados de enfermería:**

El componente de salud es fundamental para el cuidado médico de las personas mayores, ya que además de comprobar su estado médico, permite detectar enfermedades que no presenten síntomas y no sean fáciles de percibir, también la participación del profesional en enfermería es clave, ya que son las personas que se relacionan de manera directa y frecuente con los residentes la mayor parte del día, y pueden fomentar la

adopción de comportamientos saludables en distintas áreas: actividad física, alimentación, salud mental, ocio y relaciones sociales, así como de control de la medicación, lo cual genera un impacto positivo y provechoso en el nivel de vida de los beneficiarios .

Es por esto que, durante el periodo actual, los residentes fueron atendidos recibiendo asistencia específica de calidad, donde se reconocieron las necesidades de control y prevención de cada uno, fomentando el autocuidado en la medida de sus posibilidades.

También, se ejecutaron intervenciones continuas de los signos vitales (Tensión arterial, frecuencia cardiaca, saturación de oxígeno, respiración y temperatura corporal), así mismo, se proporcionó asistencia a las personas mayores en las diferentes actividades de la vida diaria a quienes lo requieren por razones médicas y/o discapacidades.

3.2 Componente de nutrición:

La nutrición es elemental para el funcionamiento y el mantenimiento de las funciones vitales de todo ser vivo, por ese motivo en las personas mayores debe existir una alimentación saludable y balanceada para suministrar energía, controlar el peso corporal y prevenir enfermedades a las cuales están expuestos debido a los cambios en el metabolismo, por consiguiente en esta etapa los residentes recibieron atenciones individualizadas con la finalidad de impactar de manera positiva en una alimentación saludable durante su envejecimiento, realizando seguimientos a la gestión del manipulador de alimentos, aprovechamiento de raciones diarias, entre otros.

De acuerdo con el cronograma establecido, a continuación, se describen las actividades realizadas durante el periodo actual por el componente de nutrición:

- **Valoración nutricional:** proporciona información sobre el nivel de salud de las personas mayores en relación con la alimentación. Y es que hay un importante vínculo entre lo que se consume y cómo ello genera o resta bienestar. De ahí es la razón de la ejecución de las valoraciones nutricionales realizadas en el periodo actual, donde se entrevistaron **46** beneficiarios activos, a quienes se les aplicó el Test Mini Nutritional Assessment, la cual es la herramienta mixta, que consta de dos partes, la primera es un tamizaje y la segunda una serie de preguntas sobre aspectos neuropsicológicos y físicos, y de acuerdo a lo que se detalló, se hicieron las diferentes recomendaciones alimentarias, como el mantenimiento de plan alimentario hipercalórica, normoproteica, hiposódica, entre otros, estas acciones deben ser monitoreadas para darle la atención oportuna y promover un envejecimiento saludable.

- **Aprovechamiento de las raciones alimentarias:** Son los alimentos servidos y consumidos durante el día compuesto por las 3 comidas principales (desayuno, almuerzo y cena), y 2 meriendas (en media mañana y tarde). En el mes de abril, se brindó una alimentación completa y saludable a los residentes del Centro de Bienestar cubriendo las necesidades nutricionales de cada uno de ellos, reportando un aprovechamiento del 99,9% del servicio de alimentación en los beneficiarios activos, correspondientes a **7.016 raciones servidas** y **7.015 consumidas**.

  Como se puede observar en la siguiente tabla, actualmente el Centro de Bienestar, tiene un acumulado de **9.146 raciones servidas** y **9.145 consumidas**, la diferencia se debe a la novedad de un fallecimiento que se presentó en el transcurso del mes.

APROVECHAMIENTO DE RACIONES ALIMENTARIAS					
RACIONES ABRIL			RACIONES ACUMULADAS		
Raciones Servidas	Raciones Consumidas	% De Aprovechamiento	Raciones Servidas	Raciones Consumidas	% De Aprovechamiento
7.016	7.015	99,9%	9.146	9.145	99,9%

Tabla No.2 Aprovechamiento de raciones alimentarias

- **Seguimiento de ciclos de minuta: de** acuerdo con lo establecido en el plan de atención integral, se realizó el análisis nutricional de cada alimento, para instaurar los ciclos de minuta; en el lapso del mes de abril, se ejecutó seguimiento continuo al cumplimiento de lo establecido; sin embargo, se ofrecieron algunos cambios en productos, siendo reemplazados por otro alimento, cubriendo la misma cantidad de nutrientes necesarios para las personas mayores; Así mismo, se llevaron a cabo encuestas de satisfacción a los residentes para conocer su opinión sobre la presentación de los alimentos, sabor, temperatura, sugerencias, entre otros, obteniendo respuestas positivas y residentes a gusto con la alimentación.

- **Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos:** A cierre del periodo actual, se desarrolló 1 taller formativo dirigido al manipulador de alimentos, dando a conocer los 5 programas de saneamiento básico con el objetivo de garantizar que dentro del Centro de Bienestar, todas las áreas, superficies, equipos, utensilios, ambientes y elementos que lo requieran se encuentren higienizados permanentemente y de esta manera disminuir el riesgo potencial de adquirir y transmitir enfermedades de origen microbiano; tener conocimientos sobre el *"Plan de Saneamiento Básico",* es importante ya que además de cumplir los requerimientos establecidos por la ley sanitaria y ambiental, ayuda a disminuir la posibilidad de contaminación del alimento durante su procesamiento, evitando enfermedades en las personas mayores que por sustancias químicas pueden provocar intoxicaciones agudas de larga duración, discapacidades persistentes y/o fallecimiento.

3.3 Psicología:

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

Salud mental, hace referencia al bienestar emocional, el cual es un aspecto fundamental para fomentar las buenas relaciones interpersonales dentro del Centro de Bienestar.

En el mes de abril, se realizó una actividad titulada "Inteligencia emocional". con el objetivo de proporcionar herramientas para sentir, entender, controlar y modificar el estado emocional de las personas mayores en relación con los demás.

Para el desarrollo de la actividad, los residentes fueron ubicados de una forma similar a un salón de clases, para captar su atención utilizando diapositivas, donde se observaron gráficos, estadísticas, conceptos entre otros, relacionados a los diferentes estados de ánimo de las personas mayores y la inteligencia emocional, esta se llevó a cabo de manera exponencial; al finalizar cada persona mayor recibió una hoja de papel, observando en un extremo figuras relacionadas a diferentes estados de ánimo y en el otro dibujos de ejercicios de la cotidianeidad provechosos para controlar cualquier situación emocional con la finalidad de unir con una línea el "estado de ánimo", con el ejercicio que ayudará a modificar el "estado sensitivo" en cualquier momento.

Esto impacta de manera positiva en la vida de los beneficiarios, ya que ayuda a disminuir el desgaste psicológico y permite hacer frente a las dificultades que aparecen en el día a día mejorando de esta manera las relaciones interpersonales.

3.4 Salud física:

Salud física o Fisioterapia es significativa en el proceso de envejecimiento, ya que se caracteriza por buscar el desarrollo adecuado de las funciones que producen los sistemas del cuerpo, donde su buen o mal funcionamiento, repercute en el movimiento corporal, por esto es necesario desarrollar una serie de actividades y controles de salud física en los beneficiarios, a continuación, se describe cada una de las acciones realizadas durante el periodo actual según el cronograma:

- **Rutinas grupales de acondicionamiento físico:** Se realizaron 3 rutinas, teniendo como foco principal las personas mayores con diagnóstico nutricional de obesidad I, Obesidad III y peso normal, efectuando ejercicios grupales dirigidos en tren superior e inferior desarrollando diferentes movimientos de flexoextensión en brazos, rodillas y a nivel corporal para acelerar la reducción del tejido graso, mejorar y/o mantener la condición física y brindar apoyo, impactando de manera positiva en la salud física de los beneficiarios a mediano y corto plazo. A continuación, se describe el nombre de la actividad, seguido de su objetivo, metodología y número de participantes.

RUTINAS GRUPALES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO				
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	**OBJETIVO**	**METODOLOGÍA**	**RESULTADO**	**# DE PARTICIPANTES**
Promoción de ejercicios físicos realizados en casa	Brindar una correcta prescripción de ejercicios físicos en tren superior dirigidos a las personas mayores en obesidad I, Obesidad III y peso normal	Se realizaron ejercicios dirigidos de tren superior, utilizando banda elástica y un balón convencional para giros de hombro durante 15 segundos de derecha a izquierda, ejecutando 4 series, teniendo un descanso de 10 segundos entre cada sesión.	En la rutina, se pudo observar la aceptación de la actividad por parte de los residentes, y se logró el objetivo de brindar una correcta prescripción de ejercicios físicos en tren superior a las personas mayores, cabe resaltar que esta rutina fue direccionada a los residentes en obesidad i, obesidad iii y peso normal, por lo tanto, participaron 19 beneficiarios que tienen este diagnóstico	19
Estrategia de promoción de la salud	Disminuir el dolor y mejorar la funcionalidad	Utilizando las sillas del Centro de Bienestar, las personas mayores	En la rutina, se pudo lograr el objetivo disminuir el dolor y mejorar la funcionalidad	19

RUTINAS GRUPALES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO				
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	**OBJETIVO**	**METODOLOGÍA**	**RESULTADO**	**# DE PARTICIPANTES**
física. "Fortalecimiento en rodillas".	articular en las rodillas de las personas mayores en obesidad I, Obesidad III y peso normal,	realizaron movimientos de flexoextensión de rodilla llevando la punta del zapato hacia arriba y abajo.	articular en las rodillas de las personas mayores en obesidad i, obesidad iii y peso normal	
Actividad física sinónimo de vida saludable	Promover la actividad física como un hábito diario en las personas mayores en obesidad I, Obesidad III y peso normal	Se realizaron movimientos corporales dirigidos, con diferentes ritmos musicales como: salsa, merengue, reggaeton, entre otros.	En la rutina, se pudo lograr el objetivo de promover la actividad física como un hábito diario en las personas mayores en obesidad i, obesidad iii y peso normal.	19

Tabla No.3 Rutinas de acondicionamiento físico

- **Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad:** Es el proceso o entrenamiento mediante la práctica de ejercicios, que se realizan de acuerdo con las capacidades y habilidades físicas de cada persona mayor; En el periodo actual se ejecutaron 3 encaminadas a los beneficiarios en dependencia leve y moderada para fortalecer arcos de movimiento, técnicas de estiramiento y disfrute del tiempo de ocio, a través de actividades dirigidas y asistidas, teniendo como resultado el objetivo inicial de incrementar la funcionalidad de los beneficiarios.

  El centro de bienestar, desarrolló acciones de este tipo, durante el periodo actual ejercitando las habilidades viso motriz y coordinación de los residentes, utilizando diferentes materiales didácticos tales como: cajas, pelotas, mesas, aros, papeles, entre otros, desenvolvimiento de la misma. En la siguiente tabla, se especifican las actividades realizadas en el mes de abril:

ACTIVIDADES PARA EL MANTENIMIENTO Y/O INCREMENTO DE LA FUNCIONALIDAD				
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	**OBJETIVO**	**METODOLOGÍA**	**RESULTADO**	**# DE PARTICIPANTES**
Tiempo de esparcimiento	Crear espacios a las personas mayores para mejorar su calidad de vida individual y	De manera asistida las personas mayores fueron ubicadas en los extremos de	Se observaron los participantes activos y se logró el objetivo de crear espacios para las	19

ACTIVIDADES PARA EL MANTENIMIENTO Y/O INCREMENTO DE LA FUNCIONALIDAD				
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	**OBJETIVO**	**METODOLOGÍA**	**RESULTADO**	**# DE PARTICIPANTES**
	social de las personas mayores en dependencia leve y moderada.	una mesa, utilizando una pelota plástica y con cajas eran lanzadas de un lado a otro, con la finalidad de no dejarlas caer	personas mayores para mejorar su calidad de vida individual y social de las personas mayores en dependencia leve y moderada.	
Amplitud de movimiento en extremidades superiores	Mantener la coordinación motora en las personas mayores diagnosticadas en dependencia leve y moderada	De manera dirigida asistida, las personas mayores utilizaron aros, realizando rotaciones del con el mismo sobre la mano durante 10 segundos en 4 repeticiones, impulsando con los dedos para conservar el movimiento circular.	Se observaron los participantes activos y se logró el objetivo de mantener la coordinación motora en las personas mayores diagnosticadas en dependencia leve y moderada	19
Arte	Desarrollar la destreza visomotora de las personas mayores en dependencia leve y moderada utilizando diferentes texturas, tamaños y densidad.	Dentro de las instalaciones del Centro de Bienestar, las personas mayores utilizaron hojas de papel con figuras, las cuales fueron rellenadas con elementos de diferentes texturas, granos, plastilina y/o papel silueta de colores	Se observaron los participantes activos y se logró el objetivo de desarrollar la destreza visomotora de las personas mayores en dependencia leve y moderada utilizando diferentes texturas, tamaños y densidad	19

Tabla No.4 Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

- **Pausas activas:** Consiste en ocupar cualquier hora del día, para realizar estiramientos que ayudan a recuperar la energía para un buen descanso de los músculos del cuerpo de las personas mayores.

  Para el mes de abril, se realizaron 30 pausas activas pasivas, ejecutando ejercicios de respiración con las piernas estiradas y/o flexionadas inspirando profundamente durante 20 segundos, estiramientos dirigidos/ asistidos para combatir la rigidez corporal, acompañados de música relajante y/o terapéutica y también con ayuda visual de videos proyectados en el televisor ubicado en la zona de la actividad, proporcionando a los residentes relajación corporal, aumento de energía, reducción de estrés y ansiedad, mejoría en la condición física y desarrollo en las relaciones interpersonales.

3.5 Dirección técnica – Trabajo Social:

Por medio de este componente, se busca mejorar o mantener las condiciones vida de las personas mayores, mediante la integración a la red comunitaria de promoción y protección social dentro de la institución, promoviendo su autonomía y participación social de las personas mayores, ejecutando acompañamientos y diferentes gestiones para garantizar un envejecimiento digno; A continuación de describen las gestiones realizadas durante el periodo actual:

- **Gestión documental y trámite de EPS:**

Dentro del Centro de Bienestar, se garantizó el seguimiento continuo a las necesidades que presentan las personas mayores, razón por la cual, se realizó la gestión documental a toda la población activa, ejecutando control del estado en el que se encuentra cada uno de ellos, para realizar las acciones pertinentes, como garantes de los derechos fundamentales de los residentes.

En este mes se ejecutaron 47 gestiones documentales, referentes a la revisión del estado de las cedulas, en la página RNEC | Certificación de Estado de Cédula en linea (registraduria.gov.co) y por otra parte 40 relacionadas con su EPS (reclamo de medicamentos, pañales, cumplimiento de citas médicas, entre otros.)

- **Documentación de beneficiarios:**

En relación a la documentación de los beneficiarios, el Centro de Bienestar, recopiló la información de manera digital y se encuentra organizada en diferentes carpetas por componentes, al ingresar, se halla cada indicador que es evaluado por el equipo interdisciplinario y su respectiva evolución reportada en los informes enviados mes a mes; uno de los beneficios de este sistema, es que puede ser visto y monitoreado desde cualquier lugar y la información se puede compartir de manera inmediata en el momento que se requiera.

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

Dentro de las instalaciones del Centro de Bienestar, se realizó 1 actividad enfocada a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos, titulada “Bienvenido el año 2023”, con el objetivo de escuchar las expectativas de las personas mayores para el nuevo periodo contractual; para esto los beneficiarios previamente recibieron una tarjeta en blanco, con la finalidad de anotar todas sus sugerencias para ejecutar un año enriquecedor y provechoso para ellos, luego cada uno leyó en voz alta sus anotaciones y sugerencias para efectuar cambios a fin de lograr su bienestar y una sana convivencia, luego se realizó un brindis agradeciendo por todo lo que se vivirá en el 2023 y al finalizar se pudo lograr conocer los deseos de los beneficiarios durante su estadía en el centro.

- **Actividades recreativas internas y externas:**

Este tipo de actividades favorece al envejecimiento activo de los residentes, por lo que, en el presente mes, se realizó una actividad recreativa extra mural en el parque "Inmaculada concepción", orientada por el profesional en psicología, titulada "Cartografía - Temática ambiental", teniendo como objetivo establecer los aspectos importantes y necesarios para el cuidado del medio ambiente; se compartió previamente mediante charla educativa la cartografía del Centro de Bienestar para manejar la información de manera dinámica y visual a través del mapeo, ayudando a identificar la percepción de cada persona mayor sobre la manera de cómo los actores de la comunidad impactan de manera positiva o negativa para mantenimiento del medio ambiente.

Cada residente realizó un listado de las acciones personales que pueden aportar para el sostenimiento ambiental, ya que su conservación es de suma importancia porque todos vivimos en él y por lo tanto si queremos asegurar nuestra supervivencia y bienestar, debemos preocuparnos por su cuidado y protección.

Al finalizar los beneficiarios estuvieron a gusto y quedó el compromiso grupal, de emplear en su diario vivir, la importancia del cuidado ambiental, reduciendo, reciclando, reutilizando y recuperando los objetos antes de tirarlos a la basura.

- **Implementación del Plan de atención personalizada (PAP):**

✔ **Componente de salud:**

Se realizó seguimiento al estado de salud de las personas mayores activas durante el mes de abril. Inicialmente se revisaron las evoluciones medicas realizadas por los demás componentes, acompañado de la historia clínica actualizada a través de su entidad prestadora de salud, luego con el apoyo del profesional en enfermería se tomaron los signos vitales, observándose en parámetros normales, seguido se hizo una entrevista personalizada durante un tiempo aproximado de 20 a 30 minutos con cada residente, efectuando preguntas sobre su estilo de vida, antecedentes (si puede responder), y/o sintomatologías extrañas durante los últimos días.

Por otra parte, se revisaron las citas médicas recibidas por su EPS, identificando los cambios en la medicación de algunos residentes y su adherencia al tratamiento; actualmente se encuentran los beneficiarios estables, sin cambios significativos, sin embargo, durante el encuentro "Médico – Persona Mayor", se hizo énfasis a la importancia de las recomendaciones dadas por nutrición y la repercusión que puede tener en su estado de salud.

También se hicieron controles odontológicos a las personas mayores activas, dando inicio al plan de atención personalizado; se llevaron a cabo revisiones bucales, brindando las herramientas básicas para la higiene oral desde casa, utilizando el kit elemental oral, que incluye cepillo de dientes, enjuague bucal, pasta y seda dental, esto con la finalidad de que en el próximo control la preservación de los dientes haya sido adecuada y mantener una continuidad en ellos.

✔ **Componente de nutrición:**

En cumplimiento de lo establecido en el contrato vigente, en el periodo del mes de abril, se realizaron seguimientos nutricionales a las personas mayores activas del Centro de Bienestar, para evaluar su estado nutricional y comparar continuamente con la información inicial, con la finalidad de identificar adherencia a tratamientos nutricionales, modificación de hábitos alimentarios, cambios en el peso o en la composición

corporal, además a través de charlas individualizadas para concientizar a los beneficiarios sobre la importancia del cumplimiento de todas las recomendaciones dietéticas dadas en cada seguimiento.

Para esto, se implementó un trabajo en equipo, inicialmente por el nutricionista, publicando una cartelera con las recomendaciones nutricionales de cada residente, y por otra parte el manipulador de alimentos y personal asistencial realizaron la vigilancia diaria para efectuar correctamente todos los consejos.

Por otra parte, 8 personas mayores cuentan con suplementación alimentaria, lo que ha permitido mantener y/o mejorar su diagnóstico y los demás residentes con requerimientos especiales nutricionales, se realizó la solicitud a su entidad prestadora de salud para el apoyo con diferentes suplementos, pero han sido negados ya que, de acuerdo a su concepto, los beneficiarios se encuentran dentro de los parámetros normales.

- ✔ **Componente de psicología:**

Por medio de las intervenciones psicológicas, se pretende implementar una estrategia de atención integral, que permita mejorar las condiciones de bienestar de la persona mayor en el Centro de Bienestar, favoreciendo de esta manera una sana convivencia.

Por lo nombrado anteriormente, se brindó apoyo de manera individual a las personas mayores activas durante el periodo actual. Inicialmente se realizó la revisión de la historia clínica y citas médicas de aquellos residentes con controles psiquiátricos a través de su entidad prestadora de salud, para determinar en primera instancia la adherencia al tratamiento y verificar si el recetario está cumpliendo con el objetivo de acuerdo con lo manifestado por los cuidadores.

Se dispuso un tiempo aproximado de 30 minutos de conversación individual, para que los beneficiarios fueran escuchados, sobre los diversos temas personales, duelo en el caso del fallecimiento de un compañero, crisis de identidad, depresiones, entre otros.

- ✔ **Componente de salud física:**

En el mes de abril, recibieron atenciones individualizadas las personas mayores activas en el Centro de Bienestar, a quienes en esta primera fase fueron abordados según el grado de dependencia, ya sea leve, moderada, severa, total y/o independiente.

Se realizaron atenciones personalizadas efectuando inicialmente ejercicios de estiramiento y fortalecimiento en miembros superiores e inferiores utilizando banda elástica, aplicando frío/calor durante 10 minutos aproximadamente y utilizando las barras paralelas que se encuentran dentro del CDB, para reforzar la marcha, esto con la finalidad de lograr mantener o mejorar los arcos de movimiento durante el desarrollo de la marcha en aquellas personas que aún lo pueden hacer; por otra parte en los beneficiarios que se encuentran dependientes totalmente en su movilidad, se hizo fortalecimiento en extremidades superiores para mejorar las funciones básicas de la vida diaria, como peinarse, comer, cambiarse una blusa entre otros.

- **Actualización digital de las personas mayores (BD- Arch digital y/o físico):**

El CDB organizó la información de cada beneficiario de manera digital, la cual se actualiza mensualmente, de acuerdo con las gestiones realizadas en cada periodo, teniendo en cuenta el cronograma de actividades establecido en el primer mes de ejecución.

- **Hospedaje en espacios humanizados:**

Generar espacios confortables con tratamiento y uso del color, iluminación, señalización y orientación para una buena estancia de las personas mayores, hace parte de garantizar un envejecimiento saludable.

El Centro de Bienestar, en el transcurso del mes contó con un sistema seguro de circulación, que permitió la cabida de una silla de ruedas o de una camilla, en caso de que fuera necesario en las habitaciones, baños, ducha, entre otros; Todas sus zonas estuvieron iluminadas, aseadas, ventiladas, con pasamanos en los diferentes pasillos dentro de la institución; También las personas mayores disfrutaron de zonas exteriores para recreación, como patio, terraza y/o jardín.

Por otra parte, para los servicios higiénicos, se hicieron señalizados por sexo y cercanos a las habitaciones, siendo de fácil acceso para los residentes, los pisos antideslizantes y agarraderas en todo el interior del baño.

La cocina cumplió con las condiciones higiénicas y sanitarias asegurando una adecuada recepción, almacenamiento, preparación y manipulación de los alimentos, recibiendo revisiones constantes del nutricionista del CDB.

Así mismo, se encontraron zonas de usos múltiples con capacidad para contener a todos los residentes en forma simultánea donde fue posible desarrollar las diferentes actividades de la vida diaria y capacitaciones brindadas por todo el equipo interdisciplinario; Agregando a lo anterior, se garantizó comedor o comedores suficientes para el momento de consumir las raciones del día.

Finalmente, para el lugar de enfermería, se determinó una zona específica, con muebles cerrados para mantener equipamiento e insumos médicos, tales como fonendoscopio, termómetros, medicamentos, elementos e insumos de primeros auxilios, archivo de fichas con la historia clínica de cada residente, entre otros.

4. Avances y resultados de ejecución.

En la siguiente tabla se relacionan los logros alcanzados según la formulación del P.A.I y el estado de su cumplimiento de acuerdo a lo programado y establecido en tiempos de ejecución.

Es importante resaltar que el logro de las actividades que se establecieron en la meta porcentualmente se mide o referencia teniendo en cuenta el total de las personas mayores atendidas; las cuales deben recibir en su totalidad el beneficio. El objetivo es garantizar que todas las Personas Mayores del Centro de Bienestar accedan a la actividad en el tiempo de ejecución definido.

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
COMPONENTE DE SALUD				
Valoración inicial Medicina y Odontología	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final	Diciembre	100%	0	No aplica para el periodo

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Actividades y cuidados de enfermería	Marzo – Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Capacitación de cuidados de primeros auxilios a los beneficiarios	Mayo- Julio - Septiembre – Noviembre	4	0%	No aplica para el periodo
COMPONENTE DE NUTRICIÓN				
Tamizaje inicial	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Tamizaje final	Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Valoración nutricional	Abril	100%	100%	En cumplimiento
Aprovechamiento de las raciones diarias	Marzo – Diciembre	90%	99,9%	En cumplimiento
Diseño ciclo de minutas	Marzo	1	1	Finalizado
Seguimiento de minuta	Abril – Diciembre	9	1	En cumplimiento
Taller nutricional	Mayo- Julio – Septiembre - Noviembre	4	0	No aplica para el periodo
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	Abril- Junio Agosto -Octubre	4	1	En cumplimiento
COMPONENTE DE 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 – Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Actividades lúdico – pedagógicas a la promoción de la salud mental	Abril – Diciembre	9	1	En cumplimiento
COMPONENTE DE SALUD FISICA				
Valoración inicial	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final	Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Rutinas de acondicionamiento físico	Abril – Diciembre	27	3	En cumplimiento
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	Abril – Noviembre	27	3	En cumplimiento
Pausas activas	Abril – Diciembre	270	30	En cumplimiento

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Talleres de mantenimiento y/o incremento bienestar físico	Junio – Agosto – Octubre – Diciembre	4	0%	No aplica para el periodo
COMPONENTE DE TRABAJO SOCIAL				
Acompañamiento del ingreso de la persona mayor al Centro de Bienestar	Marzo – Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Gestión documental y trámite ante la EPS	Abril – Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Visitas domiciliarias de ingreso	Marzo – Diciembre	100%	0%	No aplica para el periodo
Documentación de beneficiarios	Marzo – Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos	Abril – Diciembre	9	1	En cumplimiento
Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	Mayo – Junio – Julio – Septiembre – Octubre – Noviembre	6	0	No aplica para el periodo
Actividades lúdico – pedagógica de promoción y prevención dirigidas a la fragilidad	Junio – Julio- Septiembre- Octubre	4	0	No aplica para el periodo
Capacitación al personal contratado	Junio – Julio – Agosto – Septiembre – Octubre	5	0	No aplica para el periodo
Actividades recreativas internas y externas	Abril - Diciembre	9	1	En cumplimiento
Implementación del Plan de atención personalizada (PAP)	Abril - Diciembre	9	1	En cumplimiento
Actualización digital de las personas mayores (BD-Arch digital y/o física)	Abril - Diciembre	9	1	En cumplimiento
Hospedaje en espacios humanizados	Abril - Diciembre	9	1	En cumplimiento

Tabla No5. Avances y resultados de la gestión según cronograma y metas

5. Anexos fotográficos





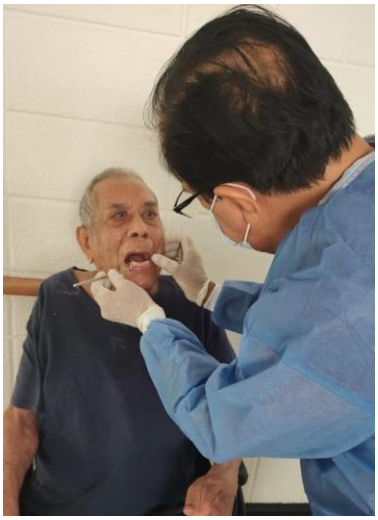
Seguimiento médico







Asistencia de enfermería




Seguimiento odontológico




Valoración nutricional




Taller dirigido al manipulador de alimentos





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





Acompañamientos de psicología



Seguimiento de fisioterapia



Rutinas grupales de acondicionamiento físico




Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad




Pausas activas





Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos



Actividades recreativas internas y externas